CLUB DE CONQUISTADORES

REGIÓN CAJAMARCA

ANOP

CLASE DESARROLLADA DE

COMPAÑERO



GMMA: Isaac Torres Vilca



HISTORIA DE LAS CLASES

1922 — Son introducidas las Clases Progresivas MV: Amigo, Compañero, Camarada y Guía Camarada.
1930 — Establecidas Clases MV Preeliminares: Abejitas Laboriosas, Lucecitas, Constructores.
1938 — Publicado el Manual de Guía.
1945 — Re impreso el Manual de Guía.
1956 — Agregada la Clase Progresiva Explorador. También, es dividida la Clase de Guía Mayor.
Entrenamiento de Líder para Liderazgo Joven y Adolescente.
Revisión del Manual de Guía Mayor.
1958 — Agregadas Clases Progresivas MV: Amigo de la Naturaleza, Compañero de Excursionismo, Guía de Nuevas Fronteras.
1963 — Revisión del Manual de Guía Mayor.
1966 — Agregada la Clase Progresiva Pionero.
1972 — 50º Aniversario de las Clases Progresivas MV: Amigo, Compañero, Guía y Guía Mayor.
1982 — Clase Progresiva de Excursionista agregada entre las clases de Pionero y Guía.

OBJETIVOS

- ☞ Dar oportunidad para que los niños aprendan que Dios ama y se preocupa por todas las personas.
- ☞ Ayudarlos a conocer que Cristo es la más grande revelación de Dios.
- ☞ Hacerlos sentir a los niños que la iglesia está interesada en ellos como individuos.
- ☞ Permitir un crecimiento personal y desarrollo de las relaciones interpersonales a través de actividades selectas.
- ☞ Ampliar su visión acerca de las necesidades de su comunidad y ayudarlos a encontrar una manera de asistir estas necesidades.
- ☞ Ayudarlos a desarrollar el deseo de realizar todos sus trabajos, y estimularlos en el deseo de seguir con todo el programa de las clases.

PRESENTACIÓN



El liderazgo del Club de Conquistadores nos ha desafiado a preparar diferentes materiales, con la única finalidad, de que el Club de Conquistadores cumpla sus propósitos como parte del todo que es la Iglesia; es así que pongo a vuestra disposición el presente material, que en la realidad es la recopilación y algunos aportes sobre el desarrollo de la tarjeta de la clase regular y avanzada actualizados, a favor de nuestros niños, adolescentes y líderes que tienen en sus manos la conducción de las diferentes clases.

No pretendo alcanzarles un trabajo totalmente terminado, seguramente usted puede mejorarlo y gustoso recibiré vuestro aporte; por el momento entrego en tus manos este material, con el deseo de corroborar al desarrollo personal, en lo espiritual, físico, mental y social de quienes lo usen.

Particularmente agradezco a Dios porque ha permitido el crecimiento tanto del liderazgo como de los clubes en la región de Cajamarca; hermanos líderes, Dios os bendiga en el trabajo con menores y jóvenes.

GMMA Isaac Torres Vilca

REQUISITOS DE COMPAÑERO

Los requisitos deben ser acompañados y evaluados por un instructor responsable.

Generales
1. Tener 11 años de edad como mínimo.
2. Ser miembro activo del Club de Conquistadores.
3. Aprender o recapitular el significado del Voto de los Conquistadores e ilustrar su significado de forma creativa.
4. Leer el libro del Club del libro Juvenil del año en curso, resumirlo por lo menos en un párrafo.
5. Leer el libro "Por la Gracia de Dios" (si no fue leído anteriormente).

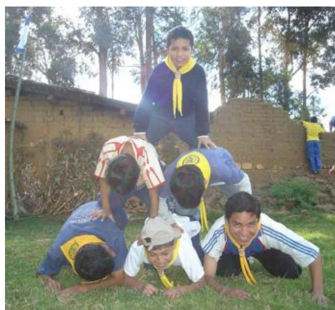
I. Descubrimiento espiritual

1. Memorizar los libros del Nuevo Testamento y dividirlos en sus cuatro áreas. Demostrar habilidad en encontrar cualquiera de estos libros.
   - Evangelios
   - Históricos
   - Cartas y Epístolas
   - Proféticos

2. Memorizar un texto de la Biblia en cada una de las siete categorías mencionadas a continuación (el número 4 puede ser escogido por ti):
   - **Grandes pasajes**
     1) Salmos 119:11 - 2) Isaias 43:12 - 3) Mateo 28:19-20 4) ...
   - **Salvación**
     1) Juan 1:1-3, 14 - 2) Lucas 19:10 - 3) Salmos 103:10-12 4) ...
   - **Doctrina**
     1) Isaías 1:18 - 2) Juan 1:12-13 - 3) I Timoteo 6:6-8 4) ...
   - **Oración**
     1) I Samuel 15:22 - 2) Romanos 12:1-2 - 3) I Tesalonicenses 5:15 4) ...
   - **Relaciones**
     1) Efesios 1:8-10 - 2) Deuteronomio 6:5 - 3) Hechos 2:38 4) ...
   - **Comportamiento**
     1) Salmos 34:3-4 - 2) Mateo 6:6 - 3) I Pedro 1:3 4) ...
   - **Promesa/Alabanza**
     1) Salmos 56; 35:7 - 2) Salmos 37:3 - 3) Isaías 35:10 4) 4) ...

3. En consulta con el consejero, escoger uno de los siguientes temas:
   a. Una parábola de Jesús;
   b. Un milagro de Jesús;
   c. El Sermón del Monte;
   d. Un sermón sobre la Segunda Venida de Cristo.

   Demostrar tu conocimiento sobre ellos por medio de una de las siguientes formas:
   a. Cambio de ideas con su consejero.
   b. Actividad que integre a todo el grupo.
   c. Redacción.



4. Leer el evangelio de Mateo o Marcos en cualquier traducción y memorizar dos de los siguientes pasajes:
   a. Las bienaventuranzas | Mateo 5:3-12
   b. Oración del Señor | Mateo 6:9-13
   c. Regreso de Jesús | Mateo 24:4-7, 11-14
   d. Comisión Evangélica | Mateo 28:18-20

II. Sirviendo a otros

1. Planificar y dedicar por lo menos dos horas sirviendo a tu comunidad y demostrando compañerismo hacia alguien de manera práctica.
2. Dedicar por lo menos cinco horas participando de un proyecto que beneficiará a tu comunidad o iglesia.

III. Desarrollando amistad

1. Conversar con tu consejero o unidad sobre cómo respetar a personas de cultura, raza y sexo diferentes.

IV. Salud y aptitud física

1. Memorizar y explicar I Corintios 9:24-27.
2. Conversar con tu líder sobre cómo se relacionan la aptitud física y los ejercicios regulares con una vida saludable.
3. Aprender sobre los perjuicios causados a la salud por el cigarro y escribir su compromiso de no usarlo
4. Completar la especialidad de Natación Principiante II o Campamento II.

V. Desarrollando organización y liderazgo

1. Dirigir o colaborar en una meditación creativa para tu unidad o Club.
2. Ayudar en la planificación de una excursión o campamento con tu unidad o club, que incluya por lo menos una noche.

VI. Estudio de la naturaleza

1. Participar de juegos de la naturaleza, o caminata ecológica en medio de la naturaleza, durante una hora.
2. Conocer los diferentes métodos para purificar agua y demostrar tu habilidad en construir un refugio. En seguida considerar el significado de Jesús como el agua de la vida y nuestro refugio.
3. Completar una de las siguientes especialidades:
   a. Anfibios
   b. Ornitología
   c. Aves domésticas
   d. Ganadería
   e. Reptiles
   f. Moluscos
   g. Árboles
   h. Arbustos
4. Recapitular el estudio de la creación y hacer un diario por siete días, registrando tus observaciones de lo que fue criado en cada día correspondiente.

VII. Arte de acampar

1. Descubrir los puntos cardinales sin ayuda de una brújula.
2. Participar en un campamento de fin de semana, y hacer un informe destacando lo que más te impresionó positivamente.
3. Aprender o recapitular los siguientes nudos:
   a. Ocho
   b. Espía

c. Ballestrinque doble
d. Camionero
4. Completar la especialidad de Primeros Auxilios – Nivel básico.

VIII. Enriqueciendo tu estilo de vida

1. Completar una especialidad en "Artes y Habilidades Manuales". No realizada anteriormente.

COMPAÑERO DE EXCURSIONISMO

1. Saber la composición, significado y uso correcto de la Bandera Nacional.
2. Leer la primera visión de Elena G. de White y discutir cómo usa Dios a los profetas para presentar su mensaje a la iglesia (ver Primeros Escritos, pág 13 al 20)
3. Participar en una actividad misionera o comunitaria, involucrando también a un amigo.
4. Conversar con tu consejero o unidad sobre cómo demostrar respeto por tus padres o responsables y hacer una lista de lo que ellos te proporcionan.
5. Participar en una caminata de 8 kilómetros preparando al final un informe de una página.
6. Escoger uno de los siguientes:
   a) Asistir a un "Curso Cómo Dejar de Fumar"
   b) Ver dos películas sobre salud.
   c) Hacer un afiche sobre el perjuicio de las drogas.
   d) Ayudar a preparar un material para una exposición o desfile sobre salud.
7. Identificar y describir 12 pájaros y 12 árboles nativos.
8. Participar en una de las siguientes ceremonias y hacer una evaluación demostrando cómo puede ser mejorada:
   a. Investidura
   b. Admisión de nuevos conquistadores
   c. Día mundial del conquistador.
9. Preparar una comida sin utensilio de cocina.
10. Preparar un cuadro con por lo menos 15 nudos diferentes.
11. Completar una especialidad (no realizada anteriormente), en una de las siguientes áreas:
    a. Habilidades Domésticas,
    b. Ciencia y Salud,
    c. Actividades Misioneras,
    d. Actividades Agrícolas.

DIDÁCTICA DE LAS CLASES

1. Responsable de las Clases

La enseñanza de los requisitos y supervisar su aprendizaje, corresponde a un Guía Mayor, o a una persona previamente capacitada y autorizada para ello.

2. ¿Cómo enseñarla?

Cada situación y cada clase son diferentes, por lo tanto, creemos que se necesita cierto grado de flexibilidad de parte de los instructores/consejeros para trazar un plan de enseñanza que mantenga el interés y la motivación en el cumplimiento de los requisitos de las Clase.

Las diversas secciones de estas Clase no necesitan ser completadas en forma consecutiva; pueden separarse y estudiarse cuando el instructor o el estudiante crean conveniente. (Por ejemplo: un Conquistador no necesitan terminar todos los requisitos de

"Estudio de la Biblia" antes de empezar los de "Sirviendo a Otros"). Tampoco es necesario que se llene cada requisito en el orden en que aparecen (por ejemplo: el requisito Nº 4 puede llenarse antes del requisito Nº 1, etc.)

A continuación presentamos una lista de sugerencias prácticas de como organizarse para enseñar una clase:

I. Revisar el plan de Clase - Saber cuáles son todos los requisitos y lo que se espera de los conquistadores. Conocer muy bien el material.

II. Evaluar el número de miembros y las necesidades de su clase. Descubrir la mejor manera de manejar el grupo.
III. Pedir los materiales con anticipación - libros, materiales audiovisuales y cualquier otro equipo que necesite para enseñar la clase.
IV. Trazar un plan de enseñanza :
    a. Definir el número de períodos de 30 minutos que necesita para cada sección.
    b. Decidir el orden de como desea enseñar las diferentes secciones, recordando que se necesita tener variedad para mantener el interés.
    c. Repasar los varios métodos de enseñanza sugeridos para cada requisito, y decidir si va a usar los que aparecen en este Manual u otro con el que este más familiarizado.
    d. Buscar fuentes adicionales de información para obtener mejor ayuda y material.
    e. Estar al tanto del método de evaluación que será usado cuando se haya llenado el requisito.
    f. Fijar la fecha cuando se espera terminar todo el trabajo en preparación para la investidura.

3. Estrategias metodológicas

a. Use tanta variedad como sea posible en su método de enseñanza.
b. Trate de involucrar la clase en tanto trabajo práctico y nuevo conocimiento como pueda, para que el Conquistador pueda sacar de ello un beneficio máximo.
c. Añada variedad a su enseñanza trayendo a especialistas en diversos asuntos que enseñen y hablen a los conquistadores.
d. Procure dialogar con la clase para que pueda evaluar su participación en un requisito particular, y además repasar lo que han aprendido.
e. Haga que el trabajo de la clase sea interesante y abarcante.
f. Evalúe constantemente si está logrando el blanco o propósito de cada actividad con cada Conquistador. En casos especiales, puede hacerse provisión para que algunos menores participen en el programa de Clase (de Guías Mayores, o de la Escuela si es que hubiera), aparte del que patrocinan los Conquistadores. Así mismo, también puede hacerse provisión para que los que tengan algún impedimento físico. Póngase en contacto con el Departamento de Jóvenes de la Asociación/Misión de su localidad para establecer los detalles de estas provisiones especiales.



DESARROLLO DE LA CLASE COMPAÑERO

GENERALES

1. TENER 11 AÑOS DE EDAD COMO MÍNIMO.

Este curso ha sido trazado para un niño de 11 años, y preparado de acuerdo a su capacidad física y mental. Comenzar este curso antes de haber cumplido los 11 años puede causar dificultades y hacer que el niño pierda interés en cursos futuros en los años más importantes de la adolescencia. Un niño de diez años podrá comenzar la clase sólo bajo la siguiente condición: Si cumple los 11 años en la primera parte del trimestre cuando comienza la clase.

2. SER MIEMBRO ACTIVO DEL CLUB DE CONQUISTADORES.

Para ser miembro activo deberá:
a) Pagar fielmente las cuotas del Club de Conquistadores.
b) Participar por lo menos en el 75 por ciento de las actividades del Club.
c) El conquistador debe apoyar al Club de Conquistadores con su influencia y aceptar las responsabilidades que le sean confiadas.

3. APRENDER O RECAPITULAR EL SIGNIFICADO DEL VOTO DE LOS CONQUISTADORES E ILUSTRAR SU SIGNIFICADO DE FORMA CREATIVA.

Los conquistadores pueden ilustrar las partes del voto por medio de dibujos, pinturas o láminas. También se puede hacer de esta actividad un proyecto de la clase. Que cada conquistador elija la parte que le gustaría ilustrar. Al final invítelos a explicar su ilustración. Algunos pueden querer o escribir un poema o una música sobre el tema.

EL VOTO DEL CONQUISTADOR

Por la gracia de Dios,
Seré puro, bondadoso y leal.
Guardaré la Ley del Conquistador
Seré siervo de Dios y amigo de todos

"Por la gracia de Dios", significa que dependo de Él, reconociendo que con su fuerza se perfecciona mi debilidad. Significa que sólo dependiendo de Él puedo hacer su voluntad. Significa que solamente por medio de la gracia soy salvo de mis pecados, a través del poder de Jesucristo, nuestro Salvador y Redentor.

"Seré puro", significa que llenaré mi mente con todo lo que es bueno y verdadero, y que emplearé mi tiempo en actividades que me ayudarán a desarrollar un carácter firme y puro.

"Seré bondadoso", significa que seré considerado y amable, no solamente con mis semejantes, sino con todo lo que fue creado por Dios.

"Seré leal", significa que seré honesto y correcto en mis estudios, trabajo y juegos, y que siempre podrán contar con que haré lo mejor que pueda en todo.

"Guardaré la Ley del Conquistador", significa que estudiaré el significado de la Ley del Conquistador, y que me esforzaré por vivir de acuerdo con su espíritu, reconociendo que la obediencia a la Ley es esencial en cualquier organización.

"Seré siervo de Dios", significa que me propongo servir a Dios en primer, último y mejor lugar en todo lo que hago o sea.

"Seré amigo de todos", significa que viviré para bendecir a otros y seré con ellos como quiero que sean conmigo.

4. LEER EL LIBRO DEL CLUB DEL LIBRO JUVENIL DEL AÑO EN CURSO, RESUMIRLO POR LO MENOS EN UN PÁRRAFO.

El Curso de Lectura debe estar formado por una variedad de libros que brinden al conquistador un conjunto equilibrado de temas sobre la naturaleza, biografías, aventuras e historias que inspiren. El certificado vigente se aplica al año dentro del cual el conquistador completa los requisitos para ser investido. El certificado del Curso de Lectura otorgado para una clase no podrá usarse para llenar el requisito de otra clase. Cuando los conquistadores completen el curso, el instructor enviará sus nombres al Departamento de Jóvenes de la Asociación/Misión para que se le extienda el certificado del Curso de Lectura.

Después de leer el libro del año, el conquistador hará un resumen o esquema de su contenido.

5. LEER EL LIBRO "POR LA GRACIA DE DIOS" (SI NO FUE LEÍDO ANTERIORMENTE).

Este libro fue escrito por Dwight A. Delafield y traducido al castellano por Roberto Gullón. Está a la venta en el SEHS de la Asociación/Misión de su localidad.

Puede leerse en forma individual o como proyecto de toda la clase. El libro es una explicación detallada del Voto y la Ley de los Conquistadores.

- **1.** Por la gracia de Dios ---------------------------------- ☐
- **2.** Seré Puro --- ☐
- **3.** Seré Bondadoso -- ☐
- **4.** Seré Leal -- ☐
- **5.** Guardaré la ley del Menor ----------------------------- ☐
- **6.** Seré siervo de Dios y amigo de todos---------------- ☐
- **7.** Observar la devoción matutina ---------------------- ☐
- **8.** Cumplir fielmente con la parte que me corresponde ☐
- **9.** Cuidar mi cuerpo -------------------------------------- ☐
- **10.** Tener una conciencia limpia -------------------------- ☐
- **11.** Ser cortés y obediente --------------------------------- ☐
- **12**. Andar con reverencia en la casa de Dios ----------- ☐
- **13.** Conservar una canción en el corazón --------------- ☐
- **14.** Ir donde Dios mande ---------------------------------- ☐

I. DESCUBRIMIENTO ESPIRITUAL

1. MEMORIZAR LOS LIBROS DEL NUEVO TESTAMENTO Y DIVIDIRLOS EN SUS CUATRO ÁREAS.
DEMOSTRAR HABILIDAD EN ENCONTRAR CUALQUIERA DE ESTOS LIBROS.

Tabla de Memoria

Copiar la Tabla de Memoria en un pizarrón o hacer copias de la misma para distribuir en la clase. Después de un intercambio de ideas, se pueden aprender los libros del Nuevo Testamento según sus secciones.

Cuatro Evangelios
Mateo
Marcos
Lucas
Juan
Un Histórico
Hechos de los Apóstoles

Uno de Profecía
Apocalipsis

Veintiuna cartas y epístolas

Romanos	1 Tesalonicenses	Santiago
1 Corintios	2 Tesalonicenses	1 Pedro
2 Corintios	1 Timoteo	2 Pedro
Gálatas	2 Timoteo	1 Juan
Efesios	Tito	2 Juan
Filipenses	Filemón	3 Juan
Colosenses	Hebreos	Judas

Reportaje Periodístico
Elija un autor del Nuevo Testamento
a) Y escriba un reportaje breve, o
b) Grabe una especie de entrevista estilo televisión usando una grabadora, sobre cuándo el autor se encontró con Jesús o lo conoció. Identifique el libro (o los libros) que escribió el autor.

Puntos a considerar:

- Qué clase de persona era el autor antes de conocer a Jesús.
- Ocupación
- Dónde lo encontró o conoció
- Qué le enseñó
- Cuál fue su reacción
- Qué fue lo que Ud. escribió y por qué, etc.



Juego de la Espada Bíblica
Esta es una actividad en la que participa el grupo, para que los conquistadores practiquen cómo encontrar en forma rápida los libros de la Biblia. Efesios 6:13-17 describe la armadura cristiana, en donde la Biblia es representada por la "Espada del Espíritu".

<u>Actividades</u>

1. Seleccione los participantes.
   a) Dos conquistadores que sostengan una cuerda.
   b) Todos los que deseen, pueden participar.
2. Los participantes formarán una línea recta detrás de la cuerda que estará estirada frente a ellos, a unos 5 centímetros del piso. Deben llevar la Biblia bajo el brazo izquierdo.
3. El director dará el mandato: "Atención, saquen sus Espadas". Los conquistadores cruzarán rápidamente la mano derecha para desenvainar sus espadas (Biblias cerradas) y colocarlas frente a ellos un poco más arriba de la cintura, listos a encontrar las citas que se les pida.
4. El director anunciará las citas. Por ejemplo: "El libro de los Salmos" (empiece con un libro grande y bien conocido) o pida que busquen un libro de algunas de las secciones de la Biblia. Por ejemplo: Historia, Poesía. El ejercicio se hace más difícil cuando se trata de los libros de los profetas menores, o cuando se les pide que busquen un capítulo o versículo específico.
5. Ningún conquistador se moverá hasta que se oiga la orden "Busquen". La cuerda se dejará caer mientras los conquistadores proceden a buscar rápidamente el texto mencionado. El primero que lo encuentre dará un paso al frente mientras que señala con la mano el lugar donde se encuentra el texto.

6. Después de darse la orden, tendrán 10 segundos para encontrar el texto y dar un paso al frente (El tiempo permitido varía de acuerdo a la experiencia que tengan los conquistadores).
7. La persona que mide el tiempo avisará cuando éste se acabe diciendo en voz alta, ¡Tiempo! Se levantará la cuerda inmediatamente, quizás atrapando a algunos Conquistadores. Ellos deberán volver a colocarse detrás de la cuerda.
8. Los niños que crucen la línea antes que se acabe el tiempo serán considerados ganadores.
9. El juez del juego revisará las referencias bíblicas.
10. Se darán dos puntos a cada ganador, y el primero que acumule 20 puntos quedará en primer lugar.
11. El director anunciará, "Atención, un paso hacia atrás". Los que sostienen la cuerda la bajarán para que los niños vuelvan a su lugar original, y luego se volverá a subir.
12. El director dará la orden: "Guarden sus espadas". Los conquistadores rápidamente colocarán sus Biblias debajo del brazo izquierdo, y la mano derecha descansará a un lado.
13. Ahora están listos para repetir el juego empezando con la orden: "Saquen sus espadas".

Personas necesarias

1. Director - El que da las órdenes y se encarga de seleccionar los textos bíblicos con anticipación.
2. Dos personas que se encarguen de sostener y dejar caer la cuerda.
3. Dos jueces. Un juez que observe cuando los jovencitos crucen la línea, especialmente los que no alcancen a dar el paso completo cuando se acabe el tiempo. El segundo juez revisará los textos para ver si están correctos.
4. Una persona que marque el tiempo (contando los segundos) y anuncie cuando éste se acabe.
5. Una persona que lleve la cuenta de cuántos puntos alcanza cada niño.

Aprender los libros de la Biblia al son de la música

Escoger un himno al que se le pueda adaptar la letra para nombrar los libros de la Biblia.

Estante de Libros

Haga bloques de cartón o de madera con los nombres de los libros de la Biblia escritos en el lomo. Si es posible, colóquelos en un estante.

a) Mézclelos y pídale a los jovencitos que los coloquen en el orden correcto.
b) Vacíe los estantes y pídale a los jovencitos que coloquen los libros en orden.
c) Tenga una persona que marque el tiempo mientras utiliza cualquiera de las dos alternativas mencionadas arriba.

2. MEMORIZAR UN TEXTO DE LA BIBLIA EN CADA UNA DE LAS SIETE CATEGORÍAS MENCIONADAS A CONTINUACIÓN (EL NÚMERO 4 PUEDE SER ESCOGIDO POR TI):

• **Grandes pasajes**
1) Salmos 119:11 - 2) Isaías 43:12 - 3) Mateo 28:19-20 4) ...

• **Salvación**
1) Juan 1:1-3, 14 - 2) Lucas 19:10 - 3) Salmos 103:10-12 4) ...

• **Doctrina**
1) Isaías 1:18 - 2) Juan 1:12-13 - 3) I Timoteo 6:6-8 4) ...

• **Oración**
1) I Samuel 15:22 - 2) Romanos 12:1-2 - 3) I Tesalonicenses 5:15 4) ...

- **Relaciones**
  1) Efesios 1:8-10 - 2) Deuteronomio 6:5 - 3) Hechos 2:38 4) ...
- **Comportamiento**
  1) Salmos 34:3-4 - 2) Mateo 6:6 - 3) I Pedro 1:3 4) ...
- **Promesa/Alabanza**
  1) Salmos 56; 35:7 - 2) Salmos 37:3 - 3) Isaías 35:10 4) 4) ...

3. EN CONSULTA CON EL CONSEJERO, ESCOGER UNO DE LOS SIGUIENTES TEMAS:

a. Una parábola de Jesús;
b. Un milagro de Jesús;
c. El Sermón del Monte;
d. Un sermón sobre la Segunda Venida de Cristo.

Demostrar tu conocimiento sobre ellos por medio de una de las siguientes formas:

a. Cambio de ideas con su consejero.
b. Actividad que integre a todo el grupo.
c. Redacción.

Objetivo

Ayudar a los Compañeros a usar los métodos de enseñanza creativa de Jesús.

Estrategias metodológicas para desarrollar

1. Intercambio con el consejero:

Para que a los Compañeros les sea más fácil discutir el tema elegido con usted, le sugerimos lo siguiente:

a) Que cada conquistador organice su proyecto en forma de fechas consecutivas o realice un proyecto por medio de una ilustración, que debe explicar verbalmente por turno.
b) Hacer un diagrama que ilustre el sermón sobre la venida de Cristo, usando una colección de titulares de periódicos atrasados. Cada titular debe estar apoyado por la parte correspondiente de S. Mateo 24 o S. Marcos 13.

2. Actividades en grupo:

a) Representación: Puede ser que los menores prefieran representar un tema elegido, preparando cada uno sus palabras y vestimentas.
b) Forme pequeños grupos, para:
   1) El Hijo Pródigo, haga un mural donde se represente:
      - La casa que abandonó
      - A dónde fue y qué hizo
      - En qué terminó
      - Su regreso al hogar.

Cuando el mural esté terminado, los que tomaron parte deben explicar lo que significa cada parte.
Termine con un filme sobre el tema.

2) Sermón de la segunda venida
   - Divida la clase en grupos y que hagan un diagrama cronológico.
   - Cada uno explicará una parte del diagrama.

3. Haga copias de las siguientes guías de discusión para cada conquistador. Después que lean y hagan su elección, dediquen tiempo a intercambiar los motivos de dicha selección. Este es un ejercicio para clarificar valores.

SUCEDIÓ EN UNA BODA

Al tercer día se hicieron unas bodas en Caná de Galilea; y estaba allí la madre de Jesús. Y fueron también invitados a las bodas, Jesús y sus discípulos. Y faltando el vino, la madre de Jesús le dijo: "No tienen vino." Y Jesús le dijo: "¿Qué tienes conmigo, mujer? Aún no ha venido mi hora". Su madre dijo a los que servían: "Haced todo lo que os dijere". Y estaban allí seis tinajas de piedra para agua, conforme al rito de la purificación de los judíos, en cada una de las cuales cabían dos o tres cántaros. Jesús les dijo: "Llenad estas tinajas de agua". Y las llenaron hasta arriba. Entonces les dijo: "Sacad ahora, y llevadlo al maestresala". Y se lo llevaron. Cuando el maestresala probó el agua hecha vino, sin saber él de dónde era, aunque lo sabían los sirvientes que habían sacado el agua, llamó al esposo, y le dijo: "Todo hombre sirve primero el buen vino, y cuando ya han bebido mucho, entonces el inferior; mas tú has reservado el buen vino hasta ahora".

Este principio de señales hizo Jesús en Caná de Galilea, y manifestó su gloria; y sus discípulos creyeron en Él. (Juan 2:1-11)

1. Si yo hubiera estado en la boda cuando Jesús convirtió el agua en vino, me hubiera quedado: (Señale una)
   ______ Con sospechas
   ______ Sobresaltado
   ______ Escéptico
   ______ Encantado
   ______ Asombrado
   ______ Intrigado
   ______ Confundido



2. Mi opinión sobre el motivo que tuvo Jesús para convertir el agua en vino, es la siguiente:
   ______ Quiso librar a los concurrentes de una situación embarazosa
   ______ Quiso demostrar su poder
   ______ Quiso complacer a su madre
   ______ Quiso hacer más alegre la ocasión

3. Subraye la declaración que representa el verdadero significado de esta historia para Ud.
   ______ Jesús puede convertir algo corriente en algo especial
   ______ Cuando Jesús da instrucciones, conviene hacer lo que él dice
   ______ Para Jesús nada es imposible

4. El lugar dónde necesito que se haga un milagro en mi vida es: (señale uno)
   ______ En mi casa
   ______ En mi desarrollo personal
   ______ En mi futuro
   ______ En mi vida devocional
   ______ En mi trabajo
   ______ En mi escuela

4. LEER EL EVANGELIO DE MATEO O MARCOS EN CUALQUIER TRADUCCIÓN Y MEMORIZAR DOS DE LOS SIGUIENTES PASAJES:

a. Las bienaventuranzas | Mateo 5:3-12
b. Oración del Señor | Mateo 6:9-13
c. Regreso de Jesús | Mateo 24:4-7, 11-14
d. Comisión Evangélica | Mateo 28:18-20

Objetivo

- Animar a que aprendan y a que sean chequeados, esto debe ser hecho en clase. Lectura y trabajo de memoria es hecho fuera de clase.
- Para animar a los Compañeros a formar el hábito de la lectura diaria de la Biblia y el memorizar para beneficio presente y futuro, algunos de los versículos importantes de la Biblia.

Estrategias metodológicas de desarrollo

1. Para hacer que la lectura de Mateo y Marcos tenga más significado, deje que cada Compañero trabaje con un código de colores para distinguir las variedades de métodos usados por Jesús al enseñar a la gente. Al leer los evangelios, ellos pueden ir subrayando los pasajes apropiados con los colores que ellos han elegido. Por ejemplo: Parábolas – rojo, Milagros – azul, Sermones especiales – amarillo, Promesas – verde.
2. Anime a la clase a compartir con los otros algunas de los hallazgos importantes que hayan hecho durante su lectura.
3. La clase le gustará dibujar su esquema de lápices de colores al margen de la Biblia para indicar los diferentes temas cubiertos, por ejemplo: panes y pescados, bote en la tormenta, el paralítico, sepulcro vacío, etc.
4. Deje que la clase haga un informe sobre su lectura de Mateo y Marcos. Ellos deben dejar en claro el día y el pasaje que leyeron ese día, por ejemplo: 24 de mayo – Mateo 19:1-30; 25 de mayo – Mateo 20:1-34

II. SIRVIENDO A OTROS

1. PLANIFICAR Y DEDICAR POR LO MENOS DOS HORAS SIRVIENDO A TU COMUNIDAD Y DEMOSTRANDO COMPAÑERISMO HACIA ALGUIEN DE MANERA PRÁCTICA.

Esta actividad debe enfocarse en personas necesitadas, como los que están confinadas en casas u hospitales, inválidos o recién llegados a la iglesia. La actividad incluye pequeños favores y actividades dentro de la iglesia, leerles, escribirles cartas, compartir y conversar con un anciano o necesitados de estos favores.

Adoptar abuelitos

El Club tomo la lista de miembros de la Iglesia locas, y los líderes seleccionaron todos los abuelitos en ella. Escogimos los que no tenían nietos en el área. Los abuelitos fueron divididos en las unidades; cada una tenía dos a cuatro personas. Algunos eran parejas y algunos solteros (casi siempre viudos/as). Los líderes llamaron los miembros y todos querían participar también. Entonces en cada reunión del club, los conquistadores tomaban 5 minutos para llamar sus "abuelitos". Se daban cuenta como estaban, y algunas veces toda la unidad estaba a la misma vez en el teléfono -- A los abuelitos les encanto esta actividad. Si el abuelito estaba enfermo se le hacia una tarjeta.

Los abuelitos comenzaron a traer regalos a "sus" conquistadores. Algunos Conquistadores hicieron pan y galletas para sus abuelitos. El programa fue muy exitoso.

Trabajo en la CASA

Hay varias personas mayores que necesitaban ayuda en sus jardines o céspedes. Tomamos dos o tres conquistadores y los llevamos a sus casas para ayudar. También los visitamos y pasamos tiempo con ellos.

Canastas de Comida

En Octubre recogimos comida enlatada yendo de puerta a puerta en la vecindad cerca de la iglesia. Hicimos canastas de comida y las llevamos a las familias necesitadas. Estar familiarizado con los servicios en su área y ayudar en por lo menos una.

2. DEDICAR POR LO MENOS CINCO HORAS PARTICIPANDO DE UN PROYECTO QUE BENEFICIARÁ A TU COMUNIDAD O IGLESIA.

Este proyecto es individual o grupal fuera de clase

Objetivo

Ayudar a la clase Compañero a desarrollar interés en ayudar a otros.

Métodos para Examinar

1. Las actividades pueden incluir un proyecto cívico que necesite, para su aprobación, una visita del director a las autoridades para hacer los arreglos, ej. una campaña de limpieza, etc.
2. El consejero también podría hacer arreglos con el pastor o la junta de la iglesia para un proyecto de la iglesia que se pueda beneficiar de estos servicios. La escuela de la iglesia también se puede incluir como beneficiaria de los conquistadores.

SERVICIOS CRISTIANOS

1. Despertar el interés en los programas de la comunidad para niños, jóvenes y adultos (hobbies, manualidades, caminatas, festivales culturales).
2. Trabajando en instituciones (tipiando, trabajo en general, conduciendo juegos, manualidades, tocando piano, ayudando a los niños).
3. Conduciendo un programa trimestral (o con una frecuencia mayor si es necesario).
4. Plantando flores para regalar.
5. Dar material de lectura a instituciones.
6. Ayudando a la cosecha.
7. Teniendo un proyecto de "Campo Santo".
8. Cooperando en un examen de la comunidad.
9. Apoyando a un proyecto comunitario.
10. Trabajar con jóvenes delincuentes.
11. Visitando a las cárceles y casas de detención, etc.
12. Estudiando los problemas relacionados a la salud en la comunidad y organizando estratégicamente para trabajar en ello.
13. Animando a los ciudadanos a votar.
14. Participando en la mejora ecológica en la comunidad.
15. Enviando a equipos de jóvenes a iglesias pequeñas que necesitan ayuda.
16. Distribución de comidas y ropas.
17. Cuidar de bebés.
18. Ministerio del ciudadano mayor.
19. Trabajos de reparación.

PROYECTOS DE IGLESIA

1. Mejorar el terreno de la iglesia.
2. Participar en comisiones del ministerio de la iglesia.

3. Ser un miembro activo de la Sociedad de Jóvenes.
4. Participar en la remodelación de la iglesia y equipar una sala.
5. Ayude al pastor a distribuir material, flores, hacer llamadas telefónicas.
6. Hacer invitaciones a extraños.
7. Visite a personas encerradas, tenga buenas actitudes, como leer, toque una música. Llévelos a la tienda y compre mercadería.
8. Sea voluntario para ir a buscar en auto a personas encerradas u otras personas que no pueden asistir a las reuniones. Cuide a los bebés de los papás que tienen actividades en la iglesia.
9. Ayude a la Secretaria de Iglesia.
10. Tome programas, servicios en instituciones (casas de enfermeras, cárceles, etc.)
11. Escriba historias de los eventos de la iglesia para diarios locales o diarios de la iglesia.
12. Mantenga el edificio de la iglesia limpio y atractivo.
13. Cuide de los himnarios, Biblias y de la biblioteca de la iglesia.
14. Provea flores.
15. Plante un jardín con verduras para dar a personas que necesitan.
16. Empiece una biblioteca de "colección" de los ítems históricos.
17. Ayude al Ministerio de los niños – relator de historias, preparando material, material para la reunió y cuidado con los niños.
18. Mantener confraternidad con las personas lejos de la casa.
19. Tener fe y ayudar fervorosamente su grupo de jóvenes.
20. Ayude a mantener los vehículos de la iglesia y aquellos viejos.

Estrategias de evaluación

Participar en proyectos a favor de la comunidad o la iglesia. Que los Compañeros den un informe breve del proyecto en el cual participaron y describan cómo beneficia éste a la comunidad.

III. DESARROLLANDO AMISTAD

1. CONVERSAR CON TU CONSEJERO O UNIDAD SOBRE CÓMO RESPETAR A PERSONAS DE CULTURA, RAZA Y SEXO DIFERENTES.

1. ***¿Qué es respetar?***

Respetar a alguien es tratarlo de acuerdo a su dignidad. Esta dignidad propia requiere de los demás un comportamiento adecuado, de modo que las faltas de respeto voluntarias son una injusticia, por incumplimiento de ese deber. En cambio, donde hay respeto reina un ambiente cordial y amable, propio de la caridad.

2. ***Ejemplos de falta de respeto en las relaciones sociales***:

- La difamación y las burlas rebajan la dignidad de las personas, y este trato injusto es una falta de respeto.
- Los obreros y subordinados son seres humanos. Tratarlos como esclavos es una falta de respeto a su dignidad de personas.
- En cualquier sociedad (familia, aula, empresa, ciudad...) debe haber autoridades que la dirijan (padres, profesores, jefes, concejales...). Esto exige a hijos, alumnos y subordinados un trato disciplinado y obediente. Las rebeldías son falta de respeto hacia la sociedad.
- Las faltas de educación voluntarias (desplantes, portazos, etc.) suelen ser ejemplos de falta de respeto pues el trato adecuado a esas personas debía ser otro.

3. ***Otros ejemplos de falta de respeto***:

- La mujer es una persona humana y es injusto tratarla como un objeto sexual. Esta injusticia es entre otras cosas una falta de respeto.
- El amor humano posee una gran dignidad que exige un trato delicado. La pornografía es una falta de respeto hacia la humanidad.
- Los animales y plantas están al servicio del hombre pero poseen de por sí alguna dignidad en cuanto criaturas. El hombre puede usarlos, comerlos y divertirse con ellos, pero dentro de cierto respeto.

4. ***¿Qué faltas de respeto son más graves?***

La gravedad de una falta de respeto depende de lo que se realice y de la dignidad que se intenta dañar. Lo peor son los insultos y burlas dirigidos a Dios.

5. ***¿Respetar equivale a desinteresarse?***

No, no. Un gran dogma del egoísmo es afirmar: "yo respeto a los demás; que los demás me respeten". Esto es un falso respeto pues normalmente equivale a decir "allá ellos con sus problemas". El trato adecuado a la dignidad de los demás es interesarse por ellos, pues además de respetar es preciso amar a todos, deseando activamente su bien.

6. ***¿Se debe respetar a todos por igual?***

Cualquier persona posee una dignidad por el hecho de ser persona. Y así todo hombre merece algún respeto, un trato adecuado a su dignidad humana. Este deber básico incluye respetar sus bienes, su vida, su fama, su intimidad,... Sin embargo:

- Algunas personas merecen un respeto mayor debido a una dignidad superior. Por ejemplo, los padres, los ancianos, las autoridades, etc. El trato entre compañeros es diferente del trato hacia padres y profesores. Con éstos el modo de hablar y escuchar debe ser más respetuoso.
- También hay personas que por su conducta infrahumana pierden parte de su dignidad y merecen menor respeto. Por ejemplo, los delincuentes pueden ser encarcelados. El respeto no se opone a la justicia.

7. ***¿Corregir es una falta de respeto?***

El respeto no significa dejar a los demás que hagan lo que les venga en gana. Hay cosas que se deben prohibir, y asuntos que se deben corregir. Tanto el respeto como la corrección se apoyan en la caridad que a veces exige corregir. Corregir en exceso o en defecto no es falta de respeto sino de caridad. Se añade la falta de respeto si se corrige con malos modos.

8. ***¿El respeto quita confianza y espontaneidad?:***

- El respeto mutuo protege la dignidad de las personas y por tanto origina seguridad y confianza. El respeto es distinto del temor.

- La espontaneidad surge de las costumbres, que originan un modo natural o propio de comportarse. Si uno tiene el hábito de respetar, el respeto le saldrá espontáneo.

9. ***¿Exigir un respeto es propio del orgullo?***

Por orgullo alguien puede pensar que posee una dignidad superior a la que realmente le corresponde. En consecuencia, esta persona algo susceptible exigirá un trato y un respeto excesivos. En cambio, si la dignidad es verdadera, el respeto adecuado es propio de la justicia.

IV. SALUD Y APTITUD FÍSICA

1. MEMORIZAR Y EXPLICAR I CORINTIOS 9: 24 - 27.

1. Ayudar a los Compañeros a aprender de memoria I Corintios 9:24-27, proporcionándoles papel o cartulina suficientemente grandes para escribir e ilustrar cada versículo, ya sea con dibujos o láminas. Explicar a la clase cómo Pablo usa los juegos olímpicos como símbolo de salud y bienestar físico. Al terminar, cada menor tendrá los textos escritos e ilustrados que le servirán para llevar a su casa y memorizar los pasajes de las Escrituras.
2. Para lograr que el trabajo de temperancia sea más significativo, conviene desarrollar durante el año un proyecto especial entre toda la clase. A continuación encontrará algunas sugerencias:
   a) Distribución periódica de literatura sobre temperancia. Solicite al Director del Depto. de Salud y Temperancia de la Asociación/Misión, por intermedio de la junta de la iglesia, algunos fondos para adquirir esta literatura.
   b) Dedicar un boletín a la temperancia. Los miembros de la clase pueden recopilar recortes de diarios, trabajos sobre temperancia, para exhibir noticias o artículos con número de víctimas de accidentes causados por el alcohol, el cáncer causado por el cigarrillo, estadísticas sobre enfermedades del corazón, información sobre dietas, multas, manejar bajo los efectos del alcohol, etc.
   c) Segmento de cinco minutos sobre temperancia. Esta actividad se puede llevar a cabo como un aspecto de educación, un examen, breve intercambio de ideas, etc.

   Esto puede ser hecho en la Escuela Sabática de Adultos, el tiempo entre los servicios de la mañana, en la Sociedad de Jóvenes, etc.

2. CONVERSAR CON TU LÍDER SOBRE CÓMO SE RELACIONAN LA APTITUD FÍSICA Y LOS EJERCICIOS REGULARES CON UNA VIDA SALUDABLE.

- Si el ejercicio físico se combinase con el esfuerzo mental, se apresuraría la circulación de la sangre, la acción del corazón sería perfecta, las impurezas se eliminarían, y todo el cuerpo experimentaría nueva vida y vigor.
- El ejercicio , practicado en forma regular, provee cantidades importantes de oxígeno a nuestro organismo.
- Una forma de gozar más con el programa de ejercicio, es hacerlo en compañía de alguien más.
- El ejercicio es beneficioso, especialmente si no es competitivo o violento.
- El aeróbic es un sistema de ejercicio diseñado para mejorar las condiciones cardiovasculares.
- Un programa regular de aeróbic puede mejorar la capacidad del organismo de absorber oxígeno con eficacia, lo que aumenta el vigor e incrementa la resistencia.

- Para lograr el máximo rendimiento, los ejercicios aeróbicos deben realizarse todos los días, en periodos 30 a 40 minutos.

¿Por qué es bueno hacer ejercicios?

- ✓ Fortalece la función cardiaca, tonificando al corazón como bomba.
- ✓ Regula y normaliza la presión arterial.
- ✓ Promueve una mejor circulación de la sangre.
- ✓ Promueve la respiración profunda abdominal.
- ✓ Mejora la digestión y facilita la dinámica intestinal, evitando y curando el estreñimiento.
- ✓ Fortalece los músculos, huesos y ligamentos.
- ✓ Produce el equilibrio fisiológico del sistema endocrino.
- ✓ Estimula en el cerebro la producción de endorfinas, haciéndonos más felices y menos irritables.
- ✓ Retarda el proceso del envejecimiento celular.
- ✓ Embellece la figura y la complexión.
- ✓ Hace que el cerebro funcione muy bien..
- ✓ Preserva la salud fortaleciendo el sistema de inmunidad o defensa.
- ✓ Aumenta la cantidad de energía y vigor, contribuyendo a retardar el cansancio físico y la tensión emocional (estrés).

¿Qué ejercicios debo hacer?

- Empiece a hacer ejercicio en forma gradual, aumentando el tiempo, a medida que dispone de más resistencia.
- Los ejercicios más recomendados son:
  - ✓ Caminata
  - ✓ Trotar o correr
  - ✓ Natación
  - ✓ Ciclismo
- No hay ningún ejercicio que resulte tan beneficioso para cada parte del cuerpo como el caminar.
- La caminata activa al aire libre hará por las personas, para conservarlas en buena salud, más que ningún otro método. El caminar es también uno de los remedios más eficaces para ayudar al enfermo en la recuperación de su salud.
- El ejercicio apropiado al aire libre y bajo el vivificante sol, se encuentra entre las bendiciones más importantes y ricas de Dios al hombre. Le concede forma y fortaleza al organismo físico, y es la manera más segura de prevenir la enfermedad y decadencia prematura.

3. APRENDER SOBRE LOS PERJUICIOS CAUSADOS A LA SALUD POR EL TABACO Y ESCRIBIR SU COMPROMISO DE NO USARLO

Estrategias metodológicas para desarrollar

1. Ver y discutir una película sobre los peligros del cigarrillo. Conseguir alguna película disponible en el Depto. de Salud y Temperancia de la Asociación/Misión.
2. Artefactos que se puedan conseguir en el Depto. de Salud y Temperancia de la Asociación/Misión, para demostrar el contenido de la nicotina en los cigarros.

3. Después que los conquistadores hayan estudiado en cuanto a los efectos dañinos del cigarrillo, pídales que escriban su propio voto para prometer abstenerse del uso del cigarrillo.

El tabaquismo en cifras

El tabaco se compone de las hojas y tallos secos de la planta llamada *Nicotinia tabacum*, misma que contiene una de las drogas conocidas más poderosas, implícita en su mismo nombre: la nicotina.

Ésta es un potente estimulante del sistema nervioso central y extremadamente tóxica, tanto que si una persona consumiera sólo dos o tres gotas al mismo tiempo se ocasionaría la muerte.

Las frías cifras del tabaquismo reveladas por la OMS, nos permiten ver lo grave de la pandemia, considerada así porque es un problema extendido por todo el mundo.

- ✓ Cada año el tabaco ocasiona 4 millones de muertes en el mundo, lo que significa que cada día mueren alrededor de 10,000 personas por enfermedades asociadas al tabaquismo.
- ✓ Se calcula que 500 millones de personas que viven actualmente morirán por causa del tabaco y de esas muertes, la mitad ocurrirá a una edad prematura, es decir entre los 40 y 60 años, ya que los fumadores de largo plazo tienen 50% de probabilidades de morir por alguna enfermedad relacionada con el tabaco. El problema es tal que se estima que para el año 2020 el tabaco será la mayor causa de muerte y discapacidad y matará a más de diez millones de personas por año, causando más muertes que el SIDA, accidentes de tránsito, homicidios y suicidios, alcoholismo y drogas ilícitas todos combinados. Un problema verdaderamente severo es que un tercio de la población mundial de 15 años y más ya fuma y la edad de inicio a esta adicción está disminuyendo considerablemente.

Si bien la cifra de fumadores hombres en el mundo rebasa al de las mujeres, los últimos años se ha visto un incremento bastante considerable de mujeres adolescentes que se desarrollan esta adicción.

El hábito de fumar es causa de unas 25 enfermedades comprobadas, siendo sobre todo responsable de:

- ✓ El 30 % de todas las cardiopatías coronarias.
- ✓ El 80-90 % de todos los casos de Enfisema-Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC).
- ✓ El 30 % de todas las muertes por cáncer.
- ✓ El 90 % de los casos de Cáncer de pulmón.
- ✓ El 70 % de cáncer de laringe.
- ✓ El 50 % de cáncer en boca.
- ✓ El 50 % de cáncer de esófago.
- ✓ El 30-40 % de cáncer de vejiga.
- ✓ El 30% de cáncer de páncreas.



Los no fumadores que conviven con fumadores tienen un riesgo 35 veces mayor de contraer cáncer de pulmón, que aquellos que no conviven con fumadores. El 42% de los niños con enfermedades respiratorias crónicas son fumadores pasivos.

En el mundo unos 100.000 niños y jóvenes se convierten diariamente en fumadores, los que son conocidos en la industria tabacalera como "fumadores de reemplazo", porque van sustituyendo a los que desaparecen prematuramente por muerte o porque van dejando el hábito.

El riesgo de desarrollar varios tipos de cáncer aumenta, cuando el tabaco se asocia con el consumo de alcohol. Pero también hay buenas noticias, ya que el riesgo de padecer cáncer se reduce inmediatamente al dejar de fumar, aunque el fumador tarda en igualar la esperanza de vida de un no fumador entre los 10 a 15 años después de dejar el tabaco.

Daños a la salud

El tabaco daña casi todos los órganos del cuerpo. Los daños a la salud provocados por el tabaquismo no se manifiestan de inmediato, lo que hace más difícil de controlar la adicción, la que se produce al poco tiempo de empezar el consumo.

Los riesgos y daños van relacionados con el número de cigarrillos al día, la edad de inicio del hábito y tiempo de consumo, el tipo de cigarros, el tipo utilizado, si es pipa, cigarro o puro, si se deja el cigarro en la boca entre fumadas y si se fuma hasta el final. Al inicio del desarrollo de la adicción, se puede presentar tos, mucha sed y resequedad en la boca, pero poco a poco y de manera silenciosa el tabaco va deteriorando el funcionamiento de muchos órganos del cuerpo y desarrollando enfermedades crónicas como cáncer de pulmón, enfisema pulmonar, bronquitis crónica, neumonía, trastornos circulatorios, enfermedades cardiacas como infartos y endurecimiento de los vasos sanguíneos.

También está relacionado con cáncer de boca, de laringe, del esófago, de vejiga y la formación de úlceras o conjuntivitis.

Las mujeres que fuman durante el embarazo tienen el riesgo de tener hijos con bajo peso y propensos a muchas enfermedades. También existe el riesgo de desprendimiento previo de placenta y de muertes en el vientre materno provocadas por envenenamiento y falta de oxígeno en el útero.

Cuando la madre fuma durante la lactancia, la ingestión de nicotina a través de la leche materna ocasiona somnolencia en el niño y mala coordinación en sus movimientos.

La nicotina actúa a diferentes niveles

- En el Sistema Nervioso Central, como estimulante, aumenta el grado de atención y la capacidad de percepción mental. Proporciona placer, disminución de la cólera y la tensión y relaja en situaciones de estrés. También se cree que puede favorecer la atención, la capacidad de concentración, el aprendizaje, el tiempo de reacción y la resolución de problemas.
- A dosis tóxicas produce temblores y hasta convulsiones excitación respiratoria y vómito. Tiene acción antidiurética por liberación de la hormona específica.
- En el Sistema Nervioso Periférico, ejerce un efecto inicial transitorio estimulante, seguido de efecto depresor de los ganglios autónomos y de forma semejante actúa en el sistema músculo-esquelético.
- En la médula suprarrenal produce la liberación de pequeñas cantidades de adrenalina que actúan sobre el aparato cardiovascular.

- En el aparato cardiovascular provoca aumento de las contracciones cardiacas y contrae los vasos sanguíneos con aumento de la presión arterial e insuficiencia de aporte de sangre en los territorios de capilares, como son los ojos.
- En el Sistema respiratorio causa ruptura de los tabiques alveolares, fibrosis y engrosamiento de las paredes de arterias pulmonares.
- En el Sistema digestivo aumenta la actividad motora del intestino.
- En los ojos y vejiga, ocasiona irritación.
- Envejece más rápido la piel por falta de una adecuada oxigenación.
- Tiñe los dientes y ocasiona caries con mayor facilidad y produce mal aliento.
- El tabaquismo también se asocia con una menopausia precoz.

El tabaco como todas las drogas, causa dependencia física y psicológica y tolerancia a las sustancias adictivas. La nicotina es una de las sustancias del tabaco causantes de la dependencia psicológica, que a su vez va desarrollando tolerancia y con ello la demanda de mayor cantidad de la droga en el cuerpo, para sentir sus efectos. Así un fumador, puede fácilmente pasar de consumir uno o dos cigarrillos a una cajetilla diaria.
El humo del tabaco es el que perjudica enormemente la salud de las personas no fumadoras que están expuestas a él. Su composición es muy compleja y sus principales componentes son: el alquitrán, la nicotina, el monóxido de carbono y los irritantes. De estos el alquitrán y los irritantes son los responsables del cáncer de pulmón, la bronquitis crónica y el enfisema.

El alquitrán es también el causante de las manchas en la piel de los dedos y dientes, cuando se modifica por efecto de una combustión parcial y se deposita como residuo en ellos.

Una persona que fuma una cajetilla diaria, inhala alrededor de 840 centímetros cúbicos de alquitrán de tabaco por año, lo que significa que rocía sus vías respiratorias superiores y los pulmones con algo más de tres cuartos de litro de alquitrán, que además contiene, benzopireno que es una sustancia que lesiona el material genético de las células produciendo cáncer en los órganos con los que se pone en contacto como los pulmones, la boca, garganta y estómago

El humo del cigarrillo

Ahora bien, el sistema respiratorio tiene su propia forma de limpieza, ésta cuenta en algunas partes específicas con cilios (vellosidades microscópicas parecidas a pequeñas escobas) encargadas de remover el polvo. Por cada cigarro que una persona consuma, también aspira una mezcla tóxica de gases y aire que cuenta con más de 4 mil clases diferentes de químicos, sustancias irritantes y cancerígenas.

Por esto es que el humo del cigarro detiene total o parcialmente el movimiento de los cilios, entorpeciendo el proceso natural de limpieza de nuestro sistema respiratorio, y colocando en él las sustancias tóxicas antes mencionadas.

Además, como el humo contiene sustancias como el arsénico, cianuro, monóxido de carbono y fenol, entre otras, su alta toxicidad también ocasiona decesos, por ejemplo: según datos de la Secretaría de Salud de México, más de 25 mil personas mueren al año por consumo de tabaco.

Si esto fuera poco, después de fumar, la persona tiene que soportar el humo en sus pulmones por más de 8 horas, que es el tiempo en que el vaho tarda en retirarse en nuestro aparato respiratorio. Esto ocasiona diferentes enfermedades en las vías respiratorias, como son enfisema pulmonar y cáncer.

4. COMPLETAR LA ESPECIALIDAD DE NATACIÓN PRINCIPIANTE II O CAMPAMENTO II.



Natación II

1. Demostrar como flotar en aguas profundas.
2. Demostrar diversas posiciones para flotar.
3. Demostrar la forma de respirar en forma rotativa en agua que llegue al pecho.
4. Zambullir desde el costado de la piscina en posición de pies y caminando.
5. Nadar de espaldas diez metros.
6. Nadar de espaldas braceando sólo con los brazos durante cinco metros o 15 segundos.
7. Nadar crol de frente por 25 metros, respirando en forma rotativa.
8. Nadar crol de espaldas por 25 metros.
9. Demostrar la patada de pecho, con i sin tabla para las manos, durante 10 metros.
10. Demostrar la patada tijera, con o sin tabla, durante 10 metros.
11. Demostrar que puedes cambiar de dirección a voluntad.
12. Mantener la cabeza a flote, con cualquier tipo de movimiento de piernas solamente, durante dos minutos.
13. Demostrar como respirar durante un salvamento.
14. Observar una demostración de reanimación cardiopulmonar.

Arte de Acampar II

1. Estar por lo menos en 6° básico o tener 11 años de edad.
2. Desarrollar una filosofía personal de cuidados al estar al aire libre, tales como la cortesía para con los demás acampantes y la conservación del medio ambiente.
3. Saber y comprender los siguientes elementos para la selección de un buen lugar para acampar.
   a. Viento
   b. Agua
   c. Cosas silvestres
   d. Leña
   e. clima
   f. Buena disposición
4. Demostrar tu capacidad de proteger la naturaleza y tu fuente de agua potable mediante una higiene personal adecuada y una cocina apropiada.
5. Participar en una excursión de campamento de fin de semana.
6. Tomar parte en un culto del campamento, que incluya uno de los siguientes puntos:
   a. Estudio de la lección de la Escuela Sabática
   b. Un relato
   c. Un pensamiento de adoración
   d. Dirigir el canto del grupo
7. Saber cómo encender y usar correctamente una cocina de campamento y un farol.
8. Conocer las reglas de seguridad y demostrar tu capacidad para cortar leña correctamente. Demostrar cómo se quiebra leña seca.
9. Usar palos con corteza o pelados, construir y saber el uso de un fuego para fogata pequeño y un tipo de fuego para cocinar. Repasar las reglas de seguridad en la preparación de fuegos.
10. Explicar dos maneras de mantener fresca la comida del campamento.

11. Construir dos tipos diferentes de ganchos para colgar comida.
12. Preparar dos comidas de campamento, hirviendo, friendo y horneando los alimentos.
13. Demostrar como elige el lugar para levantar una carpa (tienda). Levantar y desarmar la carpa en forma correcta. ¿Qué precauciones deben tomarse cuando se desarma una carpa húmeda? Limpiar, secar y guardar correctamente una carpa.
14. Camas:
    a. Mostrar formas correctas de enrollar y guardar tu bolsa de dormir para viajar.
    b. Decir cómo mantener seca una bolsa de dormir o un rollo de espuma en una excursión.
    c. Describir cómo limpiar correctamente tu bolsa de dormir o rollo de cama.

V. DESARROLLANDO ORGANIZACIÓN Y LIDERAZGO

1. DIRIGIR O COLABORAR EN UNA MEDITACIÓN CREATIVA PARA TU UNIDAD O CLUB.

Considere los siguientes momentos potenciales para un devocional.

a. Al empezar cada una de las reuniones de los Conquistadores.
b. En las reuniones de Sociedad de Jóvenes.
c. Un atardecer en la iglesia.
d. Usted pude encontrar otras maneras de combinar el devocional con los requisitos de las Especialidades de los Conquistadores.

2. AYUDAR EN LA PLANIFICACIÓN DE UNA EXCURSIÓN O CAMPAMENTO CON TU UNIDAD O CLUB, QUE INCLUYA POR LO MENOS UNA NOCHE.

A los jóvenes les encanta salir de excursión, y más aún cuando ellos tienen una parte en la planificación de dicha actividad. Los líderes además, empezarán a organizar el evento con una discusión abierta con los jóvenes para establecer parámetros y principios y para incorporar el mayor número de ideas posibles de los mismos jóvenes y niños, e incorporarlos a diversas responsabilidades. La organización tendrá, por lo menos, los siguientes puntos esenciales:



a) Lugar de encuentro, fecha y hora
b) Motivo de la excursión o campamento
c) Quién va a ser invitado a ella
d) Preparación y servicio de comida.

Es la intención de que los Compañeros tendrán la voz para la planificación de la excursión o campamento y que ellos estarán envueltos en todos los aspectos de las responsabilidades y en conducir en parte, por lo menos, las actividades.

VI. ESTUDIO DE LA NATURALEZA

El propósito de esta sección es introducir al Compañero a la emoción de descubrir el libro de Dios de la naturaleza y desarrollar el sentido de los talentos por completar las Especialidades de los Conquistadores.

1. PARTICIPAR DE JUEGOS DE LA NATURALEZA, O CAMINATA ECOLÓGICA EN MEDIO DE LA NATURALEZA, DURANTE UNA HORA.

a. Algún juego de la naturaleza
b. Use la hora de caminata para realizar algún requisito de una Especialidad de la Naturaleza.

Bloque de Hielo

Compra uno o dos bloques de hielo de unos 12 kg. Vayan a una colina con pasto y buena pendiente. Lleva una toalla para poner encima del bloque. Luego siéntate en él y cabalga colina abajo. Las primeras veces puede que sea lento, pero luego será grandioso. Puedes sentarte, acostarte, o pararte en el hielo con una o dos personas. Si hay más bloques pueden hacer carreras.

Capturar la Bandera

Divide al grupo en dos equipo separados por una línea al centro. El objetivo es que los miembros de cada equipo crucen al área enemiga y arranquen la bandera del equipo contrario. Ellos deberán evitar ser tocados por los jugadores del otro equipo. Si alguien es tocado, se quedará congelado hasta que algún compañero de su equipo lo toque y pueda regresar a su zona. El equipo que captura la bandera y regresa a salvo a su lado gana.

Conejos y Conejeras

Este juego es con varias personas y el número de personas debe ser un múltiplo de 3. Se tienen que poner 2 personas tomándose de las manos y una persona más, en el centro de las otras 2 personas que están tomándose de las manos. Las 2 personas que están tomadas de las manos son las CONEJERAS y el de dentro es el CONEJO. El chiste del juego es ir cambiando de lugar tanto los conejos como las conejeras. Hay un GUíA que es quien da las órdenes: cuando dice CONEJOS, éstos salen de sus conejeras a buscar una nueva, las conejeras alzan los brazos hasta que otro conejo entre. No vale quedarse en la misma conejera. Cuando el GUíA dice CONEJERAS las conejeras son las que se mueven buscando un conejo nuevo y los conejos se quedan parados en su lugar hasta que vengan las conejeras. Cuando el GUíA diga: REMOLINO O TODOS REVUELTOS todos se cambian de posición, los conejos pueden ser ahora conejeras y las conejeras conejos, pero siempre tienen que ser 3 en el equipo.

Eliminación

El juego empieza cuando el "comandante" lanza las bolas (tres o cuatro bolas suaves) al aire. Luego todos usan las bolas para "dispararle" a alguien. Cuando eres herido la primera vez puedes todavía jugar de rodillas. La segunda vez que eres herido debes jugar en tu espalda o estomago (durante este tiempo todavía te pueden disparar). Con el tercer tiro te matan y te deberás sentar fuera del juego hasta la siguiente "batalla".

Fútbol Loco

Divide al grupo en cuatro equipos. Se usa el campo y las reglas básicas del fútbol. Sin embargo se juegan dos partidos con cuatro porterías al mismo tiempo. Esto causa estragos ya que los jugadores chocan y tratan de esquivarse. Los jugadores solamente pueden pegarle a la pelota que se le asigno a su partido. Luego los equipos ganadores se enfrentarán y los perdedores jugarán uno contra el otro.

Futbol de Toalla

Comienza marcando el campo de juego. Divide al grupo en dos. Cada jugador escoge a alguien de su equipo para que sea su compañero incluyendo el portero. Dale a cada par una toalla que ellos deberán detener por las esquinas todo el partido. El balón será puesto en movimiento por el réferi. Los compañeros deberán atrapar el balón en su toalla y, ya sea, pasarlo a otros compañeros de su equipo o tratar de anotar gol lanzando el balón con la toalla. Las parejas sólo podrán dar tres pasos cuando tengan el balón en su toalla, luego deberán lanzarla o pasarla.

La Línea

Sobre un riel, árbol, o algo que tenga como unos 25 cm de ancho, y unos 30 cm de alto(el borde de un jardín) se colocan 3 o 4 equipos de 8 personas como mínimo, todos

en línea un poquito separados y se marcan los limites del grupo, (con una piedra, por ejemplo; esto para que no rebasen la longitud del equipo) a continuación dicen todos sus nombres, y se les dan unos 10 segundos para aprendérselos, después de esto se guarda silencio (hasta el final)y se tienen que colocar en orden alfabético, sin bajarse del riel, sin hablar y sin pasarse de los limites; solo podrán tener 3 errores. Pueden hacerlo con las edades, fecha de nacimiento, etc.

Parejas de Números

Se divide todo el grupo en dos en partes iguales (tienen que ser iguales, por ejemplo 25 y 25), se colocan con una distancia de unos 15 a 20 mts. forman un circulo cada grupo y se enumeran, digamos múltiplos de 5, 7, 9, etc. una vez que cada integrante del grupo tiene su número, se ponen en línea los dos grupos, uno enfrente del otro, y a la cuenta de tres todos gritan su numero al mismo tiempo que corren hacia el otro grupo, tienen que localizar su pareja (el 5 del equipo 1 con el 5 del equipo 2), al encontrarlo se toman de la mano y se agachan. Mientras eso sucede el líder cuenta hasta diez o veinte (según la cantidad de personas), al terminar de contar, los que no hayan encontrado a su pareja quedan descalificados, y así sucesivamente hasta que quede la pareja ganadora.

2. CONOCER LOS DIFERENTES MÉTODOS PARA PURIFICAR AGUA Y DEMOSTRAR TU HABILIDAD EN CONSTRUIR UN REFUGIO. EN SEGUIDA CONSIDERAR EL SIGNIFICADO DE JESÚS COMO EL AGUA DE LA VIDA Y NUESTRO REFUGIO.

Importancia del agua:

El agua es muy importante pues sabemos que podemos aguantar hasta tres semanas sin comer, en casos de extrema necesidad. Pero el máximo de tiempo sin beber para un ser humano es de *9 ó 10 días* en unas condiciones de humedad, esfuerzo, etc. apropiadas; pues de lo contrario moriríamos deshidratados. Para que te hagas una idea del agua que necesitamos los seres humanos, te diré que nuestro cuerpo se compone en un 75% de agua.

Las principales funciones del agua son la regulación de la temperatura corporal, la eliminación de los desechos a través de los riñones. Se piensa que una persona pierde al día una media de 3 litros de agua, la mayor parte se pierde en la respiración especialmente cuando se respira por la boca); aunque existen otras acciones que influyen directamente en que nuestro cuerpo pierda ese preciado elemento, por ejemplo: fumar, la exposición al sol, la digestión, el consumo de bebidas alcohólicas y hablar.

Para que nos sirve el agua

Cuerpo y Agua

Como sabemos, el agua es imprescindible para nuestro cuerpo, pues la empleamos para lavarnos y mantener una higiene necesaria en todo momento. Si por ejemplo olvidamos lavarnos bien las manos antes de comer, estaremos corriendo un grave peligro de salud, pues podemos introducir en nuestro cuerpo todo tipo de parásitos que estuvieran antes en los lugares que hemos tocado. El consumo de aguas contaminadas puede producir enfermedades como fiebre tifoidea, cólera o disentería, además de otros trastornos provocados por parásitos que podemos adquirir no sólo al beber, también al bañarnos en aguas estancadas y contaminadas.

Esta higiene es especialmente importante para los que manipulen alimentos y otras cosas que otros comerán o beberán.

Para mantener una higiene adecuada no basta con lavarse con agua, es necesario ayudarse del jabón. El jabón es recomendable que sea de glicerina, pues resulta menos abrasivo para la Naturaleza y como conquistadores debemos cuidarla para que dure más

tiempo. Respecto al jabón debemos tener en cuenta otra cosa y es que no debemos utilizarlo directamente con el agua del río. Para lavarnos debemos coger el agua del río en otro recipiente y lavarnos alejados del río; cuando terminemos de lavarnos, si tenemos que tirar el agua con jabón debemos procurar que caiga lejos del curso del río, para que el agua no se contamine, a demás resulta muy desagradable ver un río con jabón, ¿verdad?

Agua para beber

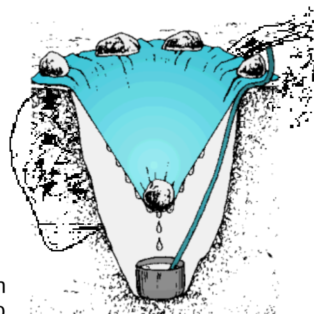
Sin duda podemos decir que es la función más común del agua, el agua es el mejor elemento para aplacar la sed. Existen otras bebidas que prometen quitarnos la sed y refrescarnos pero el más efectivo es sin duda el agua. Es importante que sepamos que el agua que bebemos debe tener unas características; no debemos beber cualquier agua que tengamos cerca. Cuando salgamos de acampada o marcha y veamos una fuente debemos buscar un símbolo que nos indique que es agua potable, si no lo vemos debemos desconfiar y no debemos beber el agua, o al menos deberemos potabilizarla antes de consumirla. A demás de que el agua sea sana, debemos evitar que el agua esté excesivamente fría pues puede provocarnos males mayores en el organismo.

El Agua y los Alimentos

Es imprescindible que lavemos los alimentos antes de comerlos. Especialmente con los alimentos que se comen sin cocinar como la fruta, es necesario lavarlos bien con agua e incluso es recomendable que los pelemos, pues estos alimentos suelen haber estado expuestos a insecticidas, abonos químicos, etc.

Cómo conseguir el agua
Algunos inventos sencillos

Existen algunas técnicas o métodos naturales para conseguir agua (potable). Un método consiste en encerrar una pequeña rama con hojas verdes en una bolsa de plástico, al estar expuesto al sol, se condensarán unas gotitas de agua, el inconveniente es que este sistema produce una cantidad muy reducida de agua.



También podemos conseguir agua de la tierra por extraño que parezca. El propio suelo tiene humedad que podemos aprovechar para beber. Necesitamos un agujero en el suelo (cuanto más profundo mejor, pero no te pases), un plástico (su tamaño dependerá del agujero), piedras, un recipiente (para recoger de forma cómoda el agua) y un tubo (si queremos vaciar el recipiente sin desmontar el artefacto).



Lo primero es hacer un agujero en el suelo, conviene que sea profundo, pero tampoco se trata de hacer una perforación en busca de aguas subterráneas, para elegir el tamaño del agujero deberás tener en cuente el tamaño del plástico, cundo tengas el agujero, introduces el recipiente en el fondo y el tubo que vaya desde el fondo del

recipiente hasta el exterior del agujero, una vez hecho esto taparemos el agujero con el plástico de forma que quede caído hacia el agujero, para esto podemos poner unas piedras como en el dibujo; es importante que el agujero quede bien cerrado por el plástico. El agua se condensa básicamente por la diferencia de temperatura, por lo tanto conviene que en el interior del agujero haya más calor que en el exterior, por eso será más efectivo el invento desde las diez de la noche (22:00) hasta las ocho de la mañana (08:00).

Este sistema no es una fuente de agua por lo que resulta difícil conseguir una cantidad mayor de un litro en 24 horas, esto dependerá del tipo de suelo y de las temperaturas.

¿Donde encontrar el agua?

El agua se puede encontrar de forma visible en ríos, lagos, manantiales, pozos, etc. Si estamos buscando agua debemos tener en cuenta algunos consejos prácticos:

El relieve: Si buscamos un curso de agua, es mejor buscarlo en los valles, pues es donde van todos los arroyos de las montañas, pero debemos tener cuidado, pues muchas veces no sabremos por dónde ha pasado el agua, es probable que pueda estar contaminada por animales, por lo que conviene que sigamos el arroyo hacia su nacimiento (en sentido contrario a la dirección del agua). También debemos desconfiar de aguas estancadas o en las que no exista vegetación cercana, pues es probable que esté contaminada.

Las rocas: si conoces algunos tipos de rocas, sabrás que a través de rocas calcáreas, el agua excava cavernas, pozos, etc. por lo que podemos encontrar agua bajo este tipo de suelos.

En zonas montañosas: es probable que encontremos agua cavando en el fondo de arroyos secos.

La vegetación: toda zona verde indica la proximidad de agua, pero existen algunas plantas que son especialmente indicadores de agua cercana por ejemplo la caña.

Los animales: los animales (mamíferos herbívoros y pájaros que se alimentan de grano) no suelen alejarse mucho del agua, por lo que puedes intentar seguir su dirección o sus huellas si ves un pájaro, por ejemplo, que avanza lento saltando de rama en rama, es probable que haya bebido hace poco. Es importante que los distingas de los mamíferos carnívoros y aves de rapiña o carnívoros pues éstos no necesitan más agua que el que consiguen de sus presas.

Los insectos: indican la proximidad de aguas, especialmente las hormigas, abejas y moscas.

El rocío: es un fenómeno de la naturaleza que se da en lugares en los que hace calor de día y frío de noche, es debido a la condensación y resulta fácil de recoger (plásticos o superficies metálicas).

¿Cómo filtrar y potabilizar el Agua?

Es importante que sepamos que no todas las aguas son iguales. Hay aguas que pueden resultar incluso mortales para el ser humano, esto se debe a que hay aguas potables y no potables, como si dijéramos apta o no para el consumo humano. Debemos ser precavidos y como dice un refrán que me viene a la cabeza "más vale prevenir que curar"; por lo que ante cualquier duda, seremos precavidos de potabilizar el líquido tan preciado. El consumo de agua no potable, puede provocar disentería, cólera, tifus, el ataque de duelas y sanguijuelas y un largo etcétera.

Sistemas Químicos

Existen compuestos ya preparados a la venta en el mercado, pueden ser pastillas, polvos o líquidos. También podemos potabilizar el agua con lejía, con yodo, con cloro (10 gotas por litro de agua), con iones de plata, etc. Estos compuestos deben aplicarse en cantidades exactas y respetando un reposo necesario, por lo que son sistemas muy complicados que no me atrevo a especificar cantidades o tiempos exactos, esto es conveniente que lo hagan personas mayores y que conozcan bien los datos necesarios. Es conveniente llevar siempre en nuestra mochila o en nuestro kit de supervivencia, unas pastillas potabilizadoras, pues son un sistema rápido, fiable, y lo más importante, fácil de aplicar, pues suele poner instrucciones claras en el envase (no olvides mirar la fecha de caducidad).

Sistemas Manuales

Existen distintos sistemas de filtrados manuales, aún así nosotros aconsejamos siempre apoyar estos sistemas con los anteriores, por mayor seguridad.
Lo primero es hervir el agua, al hervir el agua por unos minutos mueren todas las bacterias, obviamente el agua no debe estar turbia. Existe un sistema casero, necesitamos un pañuelo de tela, un recipiente agujereado, arena y/o carbón vegetal. Consiste en hacer pasar el agua primero por el pañuelo y después por el recipiente con arena y/o carbón. Este es un sistema sencillo pero debes reforzarlo con los sistemas de purificación química. También puedes encontrar otros tipos de filtros en el mercado pero no olvides que un filtro en realidad limpia el agua de forma incompleta es necesario emplear los sistemas artificiales del apartado anterior.

Otras cosas a tener en cuenta

No se debe beber agua salada, su concentración en sal es tan alta que colapsa los riñones y provoca la muerte entre fuertes dolores. Tampoco se debe beber orina y no debemos olvidar que las sabias de aspecto lechoso de muchas plantas son, con frecuencia, venenosas.

En muchas ocasiones el agua es un bien escaso, que debemos conservar y proteger. Hay gente que es capaz de ignorar la sed durante varias horas y otros necesitan beber cada poco tiempo. Aún así, nosotros debemos ser dueños de nuestro propio cuerpo, debemos intentar consumir el agua necesaria, especialmente cuando escasea o cuando sea probable que no llenemos las cantimploras en varias horas. Es muy importante racionar el consumo de agua, especialmente cuando escasea (o pueda escasear) y cuando se va en grupos numerosos. Cuando necesitemos beber agua y hayamos

realizado algún esfuerzo (marchas, muchas horas sin beber; etc.), debemos tener mucho cuidado y beber con pequeños sorbos (lo ideal es empezar solo mojando los labios) y evitar que el agua esté muy fría (sabemos que da mucho gusto un trago de agua casi congelada, pero es muy perjudicial). Si tenemos problemas con las existencias de agua hay algunas cosas que nos pueden ayudar. Debemos evitar fumar, el consumo de bebidas alcohólicas, respirar por la boca (debemos respirar por la nariz), también es mucho mejor caminar o esperar en la sombra, debemos evitar comer (pues la digestión requiere agua).

Cómo construir un refugio:

La construcción o implementación de un refugio es lo mas cercano a vivir sin ninguna comodidad (ya que se construye al no tener una carpa).

Los materiales que puedes ocupar son todos los que tengas a mano, pero el uso de tus conocimientos de amarras es elemental.

Generalmente es usado en vivac, y como regla los campistas de este método, llevan consigo un plástico o lona de 2 x 2 mts., para ser usado como techo de su refugio, aunque también se puede hacer sin ese material.

Tener en cuenta:

1. Debes buscar primeramente un refugio natural como cuevas.
2. Comenzar buscando un lugar dos horas antes que oscurezca, pues tendrás el tiempo necesario para encontrar y limpiar un lugar y conseguir el material que necesitarás para construir el refugio.
3. Protéjase contra los elementos como insectos, la caída de rocas o animales salvajes.

Tipos de Refugio:

1. ***Tipo tienda o pirámide.*** Empezar el armazón con tronquitos (Tipo A) Luego cubra con ramas de abajo hacia arriba.
2. ***Tipo parapeto o cobertizo.*** Con dos palos como base hacer el armazón repetir el procedimiento anterior y cubrirlo con ramas para guarecerse.
3. ***Tipo parapeto.*** Aprovechando un tronco o cualquier elemento natural, con palos y ramas.
4. ***Tipo techo.*** Escarbe todo el perímetro por lo menos unos 20 cm. dependiendo de la contextura del que entrará en el refugio echado, cubra los bordes con piedras o ramas. Hacer el armazón con palos, amarrar y colocar abundantes ramas, Al colocar el armazón asegúrese que está ligeramente inclinado para evitar que se empoce el agua, es el más abrigado.
5. ***Refugio bajo.*** Al lado de un árbol cruzar un palo y seguir el procedimiento del primer refugio.

***Significado de Jesús como el agua de vida*:**

Nuestro cuerpo está formado principalmente de agua, se dice que los 3/4 partes de nuestro cuerpo son agua, incluso nuestra sangre tiene un alto porcentaje de agua. Está de más decir que sin agua nos morimos a los pocos días, ya que nuestro cuerpo está formado por agua, este ***NECESITA EL AGUA,*** sin agua no hay vida.

Pero mas importante que esto, ***SÍ, MÁS IMPORTANTE***, es reconocer que Dios, Jesús, nos hizo, él es nuestro creador, y si él nos hizo, deberíamos necesitarlo igualmente que el agua común y corriente. Lamentablemente como seres humanos nos hemos apartado de nuestro Creador, pero esto no es el fin o la ruina, Jesús nos dice:

"Si alguno tiene sed, venga á mí y beba. El que cree en mí, como dice la Escritura, ríos de agua viva correrán de su vientre. Juan: 7:37, 38

En Primero lugar Jesús nos invita a ir a Él, nuestro creador, la fuente de agua y la fuente de ***VIDA,*** pero nos invita, no nos obliga, en su infinito y tierno amor, nos invita, pero el aceptar esa invitación no significa tan solo saciarnos, sino que como consecuencia de ir a Jesús y beber de él, nos convertiremos en fuente, nosotros daremos de esta agua (Jesús) a quienes nos rodean.

Esto le ocurrió a la Mujer Samaritana junto al pozo de Jacob **"**Vino una mujer de Samaria á sacar agua: y Jesús le dice: Dame de beber. (Porque sus discípulos habían ido á la ciudad á comprar de comer.)

Y la mujer Samaritana le dice: ¿Cómo tú, siendo Judío, me pides á mí de beber, que soy mujer Samaritana? porque los Judíos no se tratan con los Samaritanos. Respondió Jesús y díjole: Si conocieses el don de Dios, y quién es el que te dice: Dame de beber: tú pedirías de él, y él te daría agua viva.

La mujer le dice: Señor, no tienes con qué sacar la, y el pozo es hondo: ¿de dónde, pues, tienes el agua viva? ¿Eres tú mayor que nuestro padre Jacob, que nos dio este pozo, del cual él bebió, y sus hijos, y sus ganados? Respondió Jesús y díjole: Cualquiera que bebiere de esta agua, volverá á tener sed; Mas el que bebiere del agua que yo le daré, para siempre no tendrá sed: mas el agua que yo le daré, será en él una fuente de agua que salte para vida eterna.

La mujer le dice: Señor, dame esta agua, para que no tenga sed, ni venga acá á sacar la. Jesús le dice: Ve, llama á tu marido, y ven acá. Respondió la mujer, y dijo: No tengo marido.

Dícele Jesús: Bien has dicho, No tengo marido; Porque cinco maridos has tenido: y el que ahora tienes no es tu marido; esto has dicho con verdad. Dícele la mujer: Señor, paréceme que tú eres profeta. Nuestros padres adoraron en este monte, y vosotros decís que en Jerusalén es el lugar donde es necesario adorar.

Dícele Jesús: Mujer, créeme, que la hora viene, cuando ni en este monte, ni en Jerusalén adoraréis al Padre. Vosotros adoráis lo que no sabéis; nosotros adoramos lo que sabemos: porque la salud viene de los judíos. Mas la hora viene, y ahora es, cuando los verdaderos adoradores adorarán al Padre en espíritu y en verdad; porque también el Padre tales adoradores busca que adoren.

Dios es Espíritu; y los que le adoran, en espíritu y en verdad es necesario que adoren. Dícele la mujer: Sé que el Mesías ha de venir, el cual se dice el Cristo: cuando él viniere nos declarará todas las cosas. Dícele Jesús: Yo soy, que hablo contigo.

Y en esto vinieron sus discípulos, y maravilláronse de que hablaba con mujer; mas ninguno dijo: ¿Qué preguntas? ó, ¿Qué hablas con ella? Entonces la mujer dejó su cántaro, y fue a la ciudad, y dijo á aquellos hombres: Venid, ved un hombre que me ha dicho todo lo que he hecho: ¿si quizás es éste el Cristo? Entonces salieron de la ciudad, y vinieron á él. (Juan: 4:7-30 RVA)



En primero lugar la mayor necesidad de la mujer no era sacar el agua física, que como dijo Jesús después de beberla volvería a tener sed, ella necesitaba a Jesús, el perdón por su vida pecaminosa, pero no se quedo en la comprensión de Jesús como su Salvador, ella al recibirlo fue al pueblo a decir estas buenas nuevas y que mucha mas gente del pueblo conociera a este Mesías, El Mesías, y lo aceptarán en sus vidas.

Significado de Jesús como nuestro refugio:

JESÚS, nuestro refugio en la aflicción y el cansancio.

Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, que yo os haré descansar. Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es fácil, y ligera mi carga. (Mateo 11:28, 30)

Estas palabras de nuestro Señor Jesús, resuenan en el tiempo, y aunque fueron dichas hace aproximadamente 2000 años, siguen siendo actuales y vigentes.

Jesús invita a todos, ya que todos estamos trabajados y cansados de esta vida, la enfermedad, la guerra, la hambruna, los problemas, el miedo, El luchar solos contra el PECADO y las faltas, nos tienen agotados. Pero alabado sea Dios, que Jesús nos ama, y nos invita a ir a él y tomar su yugo.

"En una yunta de bueyes, generalmente se pone un buey viejo y un buey nuevo, ya que el viejo enseña al nuevo como caminar y moverse. La carga que va atada al YUGO, siempre se pone mas cargada hacia el buey viejo, y los golpes que da el arriero o campesino, para guiar la dirección de los bueyes, siempre es sobre el buey viejo, ya que el sabe el camino y debe guiar."

Es una de las razones que Jesús nos invita a ir a él y tomar su yugo. No dice que los problemas se acabarán, pero él nos dará la fuerza para salir adelante y vencer, aquí toma realidad la siguiente historia:"

Huellas en la arena

Una noche tuve un sueño... soñé que estaba caminando por la playa con el Señor y, a través del cielo, pasaban escenas de mi vida. Por cada escena que pasaba, percibí que quedaban dos pares de pisadas en la arena: unas eran las mías y las otras del Señor.

Cuando la última escena pasó delante nuestro, miré hacia atrás, hacia las pisadas en la arena y noté que muchas veces en el camino de mi vida quedaban sólo un par de pisadas en la arena.

Noté también que eso sucedía en los momentos más difíciles de mi vida. Eso realmente me perturbó y pregunté entonces al Señor: "Señor, Tu me dijiste, cuando resolví seguirte, que andarías conmigo, a lo largo del camino, pero durante los peores momentos de mi vida, había en la arena sólo un par de pisadas.
No comprendo porque Tu me dejaste en las horas en que yo más te necesitaba".
Entonces, El, clavando en mi su mirada infinita me contestó: "Mi querido hijo: Yo te he amado y jamás te abandonaría en los momentos más difíciles. Cuando viste en la arena sólo un par de pisadas fue justamente allí donde te cargué en mis brazos".

ANÓNIMO

Y esa es una Verdad incuestionable, parafraseando al salmista podemos decir, Jesús es nuestro amparo y fortaleza, nuestro pronto auxilio en las tribulaciones, por tanto no temeremos aunque la tierra sea removida o se traspasen los montes al mar". Puede ocurrir cualquier mal o cataclismo, pero Jesús está a nuestro lado, Él es nuestro REFUGIO.

3. COMPLETAR UNA DE LAS SIGUIENTES ESPECIALIDADES:

Aquí sólo se entrega la información básica que facilitará la investigación y desarrollo de la especialidad. Han sido preparados algunos apuntes que están disponibles en su Asociación/Misión. No lea solamente estos apuntes, pero haga más entretenida la clase usando ejemplos, fotos o yendo a alguna salida al campo.

Si existe alguien que sea especialista sobre alguno de estos asuntos en su iglesia o en su comunidad, pídale ayuda.

Anime a los Compañeros a investigar por sí mismos y a preparar carpetas con recortes de las especialidades. Estos le servirán de referencia para cuando el menor se dedique a servir de instructor más adelante.

Diapositivas, películas, instructores invitados, visitas a una hacienda, ida al zoológico, todo agregará interés a los niños para participar.

A. ANFIBIOS

Requisitos

1. ¿Cuáles son las características de los anfibios?
2. Citar los dos órdenes principales de anfibios y explicar cómo distinguirlos.
3. Distinguir entre sapos y ranas.
4. ¿Cómo se protegen los anfibios?
5. Hacer una lista de anfibios que hay en tu localidad. Identificar cinco y decir dónde se encuentran. O coleccionar láminas o figuras de cinco anfibios diferentes, identificarlos y decir dónde se encuentran.
6. Describir el ciclo de vida de los anfibios.
7. Explicar el valor económico de los anfibios.
8. ¿Dónde pasan los sapos el invierno o la estación seca?
9. Identificar dos especies de ranas por su canto, o imitar los sonidos de dos especies diferentes de ranas.
10. ¿Cómo croan las ranas y los sapos? ¿A qué se debe su estridencia?
11. Realizar una de las siguientes actividades:
    a. Observar un anfibio a fin de descubrir:
    - dónde y cuándo duerme
    - cuándo sale de su casa para alimentarse
    - cuan rápidamente puede desplazarse
    - cuan lejos salta; y tantas otras cosas interesantes como puedas descubrir acerca de él.

    O bien, incubar huevos de rana en tu propio acuario y observarlos crecer hasta que sean renacuajos.

    O bien, escribir un trabajo en el que presentas todos los detalles pedidos en la primera parte de esta pregunta.

    b. Incubar algunos huevos de anfibios y observarlos a lo largo de su ciclo de vida.

Desarrollo de algunos puntos

1. La clase, que contiene unas 4.400 especies existentes, abarca tres órdenes de anfibios vivos: los anfibios con cola, formados por las salamandras (también los tritones) y las sirenas; los anfibios sin cola, entre los que se encuentran los sapos y las ranas; y las cecilias, anfibios similares a gusanos, carentes de extremidades y ciegos.

   Debido a sus cuerpos esbeltos y largas colas, es fácil confundir a algunos anfibios, como las salamandras, con los lagartos y otros reptiles. No obstante, al contrario que los reptiles, los anfibios carecen de escamas y tienen permanecer en las inmediaciones del agua para sobrevivir.
2. Los anfibios se clasifican en:

   - *Anuros*: son los anfibios sin cola. A este grupo pertenecen las ranas y los sapos.
   - *Urodelos*: Son los anfibios con cola. A este grupo pertenecen las salamandras y los tritones.

3. *Sapo*: Se distinguen de las ranas por la rugosidad de su piel, debida a la presencia de un gran número de tubérculos glandulares, y por tener las patas traseras más cortas. En los trópicos, donde viven la mayoría de los anuros (miembros del orden que comprende las ranas, los sapos y los sapos arborícolas), las diferencias son más difíciles de determinar y algunas especies podrían considerarse indistintamente sapos o ranas. Normalmente son de color pardo grisáceo, tienen verrugas en la piel, la cabeza plana, glándulas parótidas hipertrofiadas por encima de los oídos, ojos brillantes similares a gemas con pupila transversal y dedos parcialmente palmeados. Son más torpes que las ranas y no pueden saltar tan lejos como ellas. La lengua del sapo está fijada a la parte anterior de la boca. Lanzan ésta hacia adelante y su extremo pegajoso atrapa a la presa y la lleva de regreso a la boca. Algunos sapos tienen dientes, pero dado que los anfibios no pueden masticar, sólo les sirven para sujetar a sus víctimas. La lengua produce una mucosidad que les ayuda a engullir a sus víctimas. Todos los anuros parpadean al tragar y, dado que no existe hueso alguno entre el ojo y la boca, el ojo se desplaza hacia atrás, lo que impulsa a la presa hacia el interior de la boca. Los sapos difieren, en su aspecto externo, de las ranas en que su piel es más seca y con frecuencia está cubierta de verrugas; además, la mayoría de ellos pasa la mayor parte de su vida en tierra.
   Rana: Las ranas son animales de piel lisa y suave, ojos saltones que pueden ver casi en cualquier dirección y tímpanos auditivos externos. Los adultos carecen de cola. La mayoría de ellas tienen patas traseras largas, que les permiten dar grandes saltos, y pies palmeados que las convierten en excelentes nadadoras.

   Los sistemas internos de la rana son típicos de la mayoría de los anfibios; de hecho, éstos eran llamados en su origen, batracios, del griego antiguo *batrachus,* que significa rana.

Las ranas viven en diferentes hábitats, pero la mayoría de ellas prefiere las regiones húmedas. Aunque respiran aire, las ranas pueden permanecer sumergidas durante largos periodos, absorbiendo oxígeno a través de la piel. Las ranas arborícolas están adaptadas a la vida sobre los árboles; otras son exclusivamente acuáticas y las hay que pasan la mayor parte de sus vidas en madrigueras subterráneas, de las que salen sólo para alimentarse o para reproducirse.





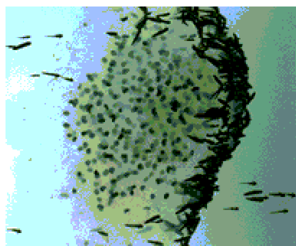
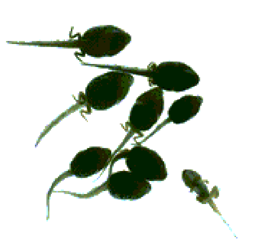
Rana Sapo

4. La rana de las flechas tiene poderosas toxinas en la piel que producen parálisis e incluso la muerte en los depredadores que las ingieren. Ciertos pueblos de América del Sur usan el veneno para la caza y lo adquieren frotando la punta de las flechas en la piel de este animal. Su manipulación descuidada puede tener efectos graves si la mucosidad del animal entra en contacto con heridas, arañazos o con las membranas mucosas.

5.

- Sapos
- Ranas
- Cecilias, anfibios similares a gusanos, carentes de extremidades y ciegos.
- Tortugas
- Nutrias

6. La mayoría de las especies, de éstos salen de larvas llamadas renacuajos, que respiran por medio de branquias y sufren una metamorfosis, es decir, sus cuerpos cambian y se transforman hasta convertirse en adultos que respiran en el medio aéreo. Algunos anfibios, no obstante, maduran sexualmente durante la fase larvaria y jamás experimentan la metamorfosis. Durante su vida la rana experimenta una metamorfosis completa, que atraviesa las fases de huevo, una fase larvaria similar a un pez y al final la fase de adulto. Ponen sus huevos en el agua, donde dan lugar a renacuajos (larvas de cuerpo corto), a principios de la primavera o el verano, fase en la que presentan branquias y cola. Al irse desarrollando, el renacuajo pierde la cola, desarrolla las patas y, finalmente, sale del agua en forma de rana adulta.




Dorling Kindersley

7. De lo que pude averiguar, lo más importante que se destacó fue que se usan en la cocina; "Patas de rana... manjar de dioses". No mucho más después ya que el cuero no sirve para nada. Lo que sí este animalito se exporta mucho, a todos los países del mundo.

8. Durante los meses fríos los sapos hibernan enterrándose en madrigueras. Al igual que los reptiles, los anfibios son de sangre fría. Su temperatura corporal varía en función de la temperatura ambiental y es, por lo general, muy inferior a la de las aves y los mamíferos. Debido a que dependen de fuentes externas de calor, los anfibios que viven en regiones frescas hibernan durante los meses fríos.

9. El croar del macho se asemeja al sonido de la pulsación de una cuerda de banjo floja; lo produce con un par de bolsas vocales situadas a los lados de la cabeza.

   - *Rana toro*, su croar recuerda el bramido de un toro.
   - *Rana arborícola,* los machos de muchas especies emiten cantos que varían de gorjeos melodiosos a gruñidos roncos. Emiten sus llamadas durante la época de reproducción que suele coincidir con periodos húmedos y lluviosos

10. La mayoría de las ranas, en especial los machos, emiten sonidos. Al expulsar el aire de los pulmones, éste hace vibrar las cuerdas vocales de la laringe, produciendo sonidos característicos de las diferentes especies. Los machos de las especies que poseen un saco resonador —que se hincha enormemente cuando la rana emite sonidos para atraer a su pareja— producen un sonido mucho más intenso. La lengua de la rana está fijada en la parte anterior de la boca en vez de en la parte trasera, y está cubierta de una sustancia pegajosa que la convierte en una trampa eficaz para cazar insectos El croar del macho se asemeja al sonido de la pulsación de una cuerda de banjo floja; lo produce con un par de bolsas vocales situadas a los lados de la cabeza.

11. Observe un sapo que se encontraba en las cercanías de mi casa, tarde bastante porque no se dejaba ver mucho, pero observe bastantes cosas:

    a) Ellos hacen un pozo en la tierra de aproximadamente 10 cm. de diámetro, pero el fondo no lo llegué a ver. Allí se metía, calculo que para dormir, casi todas las mañanas y mediodías.

    b) Sale para alimentarse cuando el sol se está poniendo, en adelante. Muy pocas veces caza de día.

    c) No es muy rápido, ya que yo podía seguirlo sin problema, parece medio tonto, osea, nunca trataba de escapar, o si así lo hacia, lo podría haber agarrado en cualquier momento. SON BASTENTE LENTOS!!!

    d) Hasta que se mete a su pozo, o cuando se para atrapar algún insecto.



Jerry Young/Dorling Kindersley

Rana toro



Rana arborícola

B. ORNITOLOGÍA

Requisitos de Ornitología I

1. Dar dos características que diferencian a las aves de todos los demás animales
2. Nombrar tres aves que no vuelan. Decir en qué consiste su dieta y nombrar el país o continente en el cual vive cada una de ellas.
3. Mencionar el día de la semana de la creación en que fueron creadas las aves. Encontrar en la Biblia cinco nombres de aves, mencionarlos de memoria y dar la referencia
4. Escribir o presentar oralmente tres formas en que se manifiesta el amor y el propósito de Dios en la creación de las aves
5. Hacer una lista de 30 especies de aves silvestres, incluyendo por lo menos aves de cinco órdenes, que hayas podido observar personalmente al aire libre e identificado positivamente
6. Hacer una lista de cinco especies de aves silvestres que has identificado positivamente y en forma personal al aire libre por su canto o los sonidos que hace
7. Realizar una de las siguientes actividades:
   a. Instalar un comedero e informar acerca de las aves que lo visitaron durante un periodo de siete días
   b. Encontrar el nido de un pájaro, identificar la especie de ave que lo construyó, describir el nido en forma detallada, observar el nido durante cinco días e informar lo que ocurrió en el nido durante cada uno de esos días.
   c. Mantener un comedero para colibríes (picaflores) durante dos meses
      - ¿En qué consiste el néctar hecho por el hombre?
      - ¿Por qué no se debe usar colorante vegetal ni miel?
      - ¿Cuándo debe cambiarse el líquido del comedero?
      - ¿Qué cuidados debe prodigarse al comedero?

C. AVES DOMÉSTICAS

1. Identificar por su descripción o por medio de figuras por lo menos cinco razas de pollos tales como:
   a. Plymouth Rock (cualquier color)
   b. Wyandotte (cualquier color)
   c. Rhode Island Red
   d. Orpington (cualquier color)
   e. Leghorn (cualquier color)

2. Indicar en forma oral o escrita un breve párrafo con respecto a las cualidades de ponedoras o de carne de cada una de las razas.
3. Identificar por su descripción a un pato pekinés.
4. Identificar por su descripción o por medio de figuras tres razas de aves domésticas grandes como las siguientes variedades de pavos:
   a. Pavo Mammoth Bronze
   b. Pavo blanco de Holanda
   c. Pavo rojo de Bourbon

5. Identificar por su descripción o por medio de figuras dos razas de gansos domésticos tales como:
   a. Ganso de Toulosse
   b. Emden
   c. Canso chino
   d. Ganso Sebastopol
   e. Ganso de Cabo Barren

6. Visitar un criadero de gallinas y escribir un breve informe de los diversos tipos de aves de corral observados.

D. GANADERÍA

1. Identificar por lo menos 25 partes de un novillo
2. ¿Cuáles son cuatro características de un buen ternero?
3. ¿Qué es la castración, y cuál es su propósito?
4. ¿Por qué se descuerna a las reses, y cuál es la mejor edad para hacerlo?
5. ¿Cuándo se desteta un ternero?
6. ¿Cuáles son las necesidades de abrigo del ganado?
7. ¿Por qué es mejor poner el alimento y el agua en los extremos opuestos del corral en lugar de ponerlos uno al lado del otro?
8. Identificar en animales vivos o en láminas tres razas de bovinos para carne y tres razas de ganado lechero
9. ¿Qué tipo de alimento se necesitan durante los siguientes períodos:
   a. Los primeros noventa días
   b. De los 90 a los 180 días
   c. Desde los 180 días hasta su venta
10. ¿Cómo puede domesticarse a una ternera para que llegue ha ser una vaca mansa?
11. Cuidar de uno o más terneros por un período de seis meses.

E. REPTILES

1. ¿Qué características debe tener un animal para que se lo clasifique como reptil?
2. Nombrar 15 reptiles que se encuentran en tu localidad. Contar dónde viven, cuáles son sus hábitos alimentarios y su importancia económica
3. Nombrar 5 reptiles venenosos de tu región y describir la ubicación de sus colmillos y su distribución geográfica
4. Indicar qué hacer si se es mordido por una serpiente venenosa
5. Indicar qué se debe hacer si se es mordido por una serpiente no venenosa

6. Realizar uno de los siguientes proyectos:
   a. Contar la historia de la vida de un representante de cada uno de los siguientes grupos: una lagartija o iguana; una serpiente; una tortuga. Comparar las iguanas, serpientes, tortugas y cocodrilos en cuanto al siclo de su vida, las variaciones en los ojos y oídos, los dientes, el corazón, los pulmones, los miembros, las colas y las escamas (o caparazón)
   b. Mantener un reptil pequeño en un terrario y registrar cómo se lo cuidó durante por lo menos tres meses.

7. Relatar dos incidentes bíblicos en los cuales los reptiles desempeñaron un papel importante.



F. MOLUSCOS

Requisitos de Moluscos I

1. ¿Qué significa el término "molusco"?
2. Identificar:

a. Manto	d. Costilla	g. Apex
b. Pie	e. Valva	h. Opérculo
c. Rádula	f. Borde dorsal	i. Canal

3. ¿Se encuentran todas las conchas de moluscos en las playas? ¿Dónde se las encuentra? ¿Qué áreas del mundo ofrecen la mayor variedad de conchas?
4. Describir cómo se mueven los moluscos de un lugar a otro.
5. ¿Cómo se protegen los animales con conchas?
6. ¿De qué manera se forman las conchas, y con qué material están hechas?
7. Hacer una lista y explicar cinco usos que el hombre les da a las conchas.
8. Explicar los términos univalvo y bivalvo, al ser aplicados a conchas de moluscos.
9. Nombrar en términos corrientes, cinco clases diferentes de conchas, y tener en tu colección un ejemplo de cada clase.
10. Hacer una colección de 20 conchas diferentes y decir dónde se encontró cada una, cuando llegó a tu posesión, y clasificarlas.
11. ¿Cuál es el origen de las perlas? ¿Qué lección notable nos enseñan las perlas? (Leer Palabras de vida del gran Maestro, páginas 87 a 92.)
12. ¿Qué textos bíblicos, de los citados abajo, nos dicen que:
    a. Las criaturas acuáticas fueron creadas el quinto día.
    b. Son incontables las criaturas del agua.
    c. Las criaturas acuáticas mueren fuera del agua.
    d. Job consideraba que el coral tenia gran valor.
    e. Salomón estaba familiarizado con la vida marina.
    f. Jesús usó dos veces un producto de un molusco para enseñar una lección espiritual.
    g. Una mujer comerciante se ocupaba en vender las tinturas famosas, obtenidas de un molusco, para teñir de púrpura las telas.
    h. Pablo condena el uso de perlas como joyas.
    i. Los moluscos no son apropiados para comer.
    j. Las doce puertas de la Ciudad Santa son doce perlas.

Lev. 11:9,10; Hech. -16:14; Isa. 50:2; Apoc. 21:21; 1 Tim. 2:9; Gen. 1:20,21; 1 Rey. 4:33; Sal. 104:25; Mat. 7:6; 13:45, 46; Job 28:18.



Desarrollo de algunos puntos

1. a. Definir el término molusco:
   Uno de los grupos primarios del reino animal que incluye toda clase de conchas, tales como mariscos, caracoles, etc. Se consideran entre los animales con mayor capacidad de adaptación ya que, además de habitar en el mar, han conquistado también el agua dulce; muchas especies viven en tierra firme, e incluso algunas son anfibias.

   b. Definir:
   - Manto: La suave cubierta del cuerpo de la criatura.
   - Pie: Apéndice muscular robusta y firme con la cual se mueve.
   - Biso: Secreción filamentosa de ciertos moluscos.
   - Valvas: Cada una de las dos conchas de ciertos moluscos.
   - Lado dorsal: El lado superior del marisco, tipo concha, cerca de la bisagra.
   - Ápice: Extremo del univalvo donde comienza la concha.
   - Opérculo: Puerta que cierra la abertura.
   - ábula: Lengua llena de dientes localizada en la proboscis.
   - Extrorso: Que se mueve hacia la derecha.
   - Sinistrorsos: Que se mueve hacia la izquierda.

2. a. Nombrar las tres principales clases de moluscos:
   - Bivalvos: Mejillón, ostra, almeja.
   - Gasterópodos: La lapa, bígaro, caracol, loco.
   - Cefalópodos: Calamares, pulpos.

   b. Hacer un bosquejo de una concha univalva, señalando las partes anterior y posterior, los lados dorsal y ventral, el sifón, el pie y el manto.

3. a. ¿De qué manera están compuestas las valvas?

   Las conchas están compuestas de Carbón y Cal. La cal es de un 90 a 99 por ciento del total. También se encuentra en ellas algo de calcio. En el margen del manto tienen muchas glándulas que segregan la sustancia caliza que conforma la concha. También posee tubos pequeñitos de pintura en el manto por donde segrega el color.

   b. ¿Qué sentido está más desarrollado en los gasterópados?

   Clase de molusco con la masa visceral arrollada en forma de hélice, y por lo general en el interior de una concha. Poseen un pie-músculo con el que se trasladan, y tienen una cabeza diferenciada, con ojos y uno o dos pares de tentáculos. Viven en el mar, en las lagunas dulces y en tierra. Constituyen una de las clases más numerosas de los moluscos. El tacto es el sentido más desarrollado en esta especie de molusco.

4. Mencionar cinco formas en las que son útiles los moluscos.
   a) El Murex segrega un líquido púrpura usado como pintura.
   b) Las ostras, mariscos, etc., son utilizados como alimento, aunque de acuerdo a Levíticos 11 son considerados inmundos.
   c) Las conchas se usan para fabricar botones.
   d) Las conchas quebradas se usa para pavimentar carreteras, como empedrado.
   e) La concha se usa para hacer porcelana y cal.
   f) Alimento para animales.
   g) Tabletas de Calcio.

5. ¿Cómo se alimentan, se desplazan y se reproducen los moluscos?
   Los moluscos se alimentan por lo general de materia vegetal de las plantas marinas, algunos de presas que capturan, ej. calamares; unos pocos son parásitos. Algunos moluscos se arrastran con su pie sobre la superficie y se entierran en la arena para desaparecer. También son llevadas de un lugar a otro por las corrientes de las aguas en las que se encuentran. La mayoría de las especies posee órganos sexuales separados, y la reproducción es siempre sexual.

6. a. Clasificar siete diferentes clases de conchas (univalvas o bivalvas).
      Univalvas: Loco, lapa, caracol.
      Bivalva: Almeja, macha, choro zapato, ostra, ostión.
   b. ¿Qué moluscos nos enseñan una lección extraordinaria para la edificación del carácter?.

   En las ostras un pequeño grano de arena o cualquier otra materia extraña penetran en la concha provocando irritación a la criatura. Una sustancia queratinosa es segregada, a fin de proteger el manto. Esta sustancia se convierte en perla.
   Meditemos en esto: Cuando suceda algo que nos irrite, no nos enojemos sino que, con la ayuda de Dios, hagamos nuestros caracteres más hermosos y amables.
   Un buen texto bíblico que coincide bien con esta "pepita de oro" de la naturaleza, es el de Santiago 1:2-5 "Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas; sabiendo que la prueba de vuestra fe produce paciencia. Mas tenga la paciencia su obra completa, para que seáis perfectos y cabales, sin que os falte en cosa alguna. Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada".
   Al sufrir una constante causa de irritación, sobre la cual no tenemos control, podemos transformarla en un bello rasgo de carácter. (Leer Lecciones Prácticas del Gran Maestro págs. 105 -111)

7. Señalar cuál de los dos pasaje bíblicos indicados más adelante nos dice que:
   a. Los seres acuáticos fueron creados el quinto día.
   b. El número de los seres acuáticos es incontable.
   c. Los seres acuáticos perecen fuera del agua.
   d. Job consideraba el coral sumamente valioso.
   e. Salomón era una autoridad en materia de moluscos.
   f. Con el propósito de enseñar una lección espiritual, Jesús usó en dos oportunidades distintas un producto de los moluscos.
   g. Una mujer se dedicaba a vender la famosa púrpura que se extrae del múrex mediterráneo.
   h. Pablo condenó la costumbre de usar perlas.
   i. Los moluscos son inapropiados como alimentos.
   j. Las doce puertas de la Santa Ciudad son doce perlas.

Gen. 1:20-21; Sal. 104:25; Isa. 50:2; Job 28:18; 1ª Rey. 4:33; Mat. 7:6, Mat. 13:45-46; Hech. 16:14; 1ª Tim. 2:9; Lev. 11:9-10; Apoc. 21:12.

8. Hacer una colección de 25 especimenes de moluscos ya sea en forma natural o a través de fotos o dibujos, tanto univalvos como bivalvos, clasificando a cada uno, de acuerdo a la fecha y al lugar en que lo encontró, dándole el nombre común y el científico y especificando si es univalvo o bivalvo.

9. Escribir una composición de no menos de quinientas palabras relatando:
   a. Qué experiencia tuvo al coleccionar moluscos.
   b. Qué especímenes aprecia más.
   c. Qué lecciones útiles aprendió con el estudio de estos seres maravillosos.

G. ÁRBOLES

Requisitos de Árboles I

1. ¿En qué se diferencian los árboles de los arbustos?
2. Coleccionar e identificar las hojas típicas de 15 especies diferentes de árboles. Alisarlas bien, secarlas entre hojas de papel, montarlas y ponerles una etiqueta en un cuaderno apropiado, o en hojas uniformes de papel.
3. Conocer los especimenes de memoria, y a pedido, ser capaz de identificar especimenes similares en el campo.
4. Nombrar dos ejemplos de cada uno, de árboles que han recibido su nombre por:
    a. El uso que se les da
    b. Alguna característica distintiva
    c. La región geográfica donde viven
    d. El ambiente en el que viven
    e. Las personas que primero los vieron y describieron
5. Dar el nombre común e indicar la diferencia entre dos clases de árboles.
6. Describir la importancia de la conservación de los bosques en la región donde vives.
7. Nombrar varios ejemplos de las clases de madera que se usan para:
    a. Pisos para las casas
    b. Madera terciada común
    c. Muebles
    d. Cabos de hacha
    e. Leña para iniciar un fuego
    f. Postes para los alambrados
    g. Durmientes de ferrocarril
    h. Vigas para techados
    i. Arcos y flechas
    j. Leña que quema lentamente y da brasas
8. Nombrar dos ejemplos de cada uno, de árboles que:
    a. Crecen mejor en lugares húmedos y pantanosos
    b. Crecen mejor a grandes alturas en las montañas

H. ARBUSTOS

1. Notar tres características de los arbustos que los distinguen de los árboles y de las hierbas. ¿Por qué se considera a veces que la vid es un arbusto?
2. Nombrar tres arbustos que sirven para la alimentación, silvestres o cultivados, de tu localidad. Nombrar un arbusto que produce semillas comestibles
3. Nombrar dos arbustos cultivados y dos arbustos silvestres de tu localidad que producen flores vistosas.
4. ¿En qué estación florecen principalmente los arbustos? Nombrar un arbusto cuyas flores se abren antes que aparezcan las hojas
5. ¿Qué arbusto parásito se usa con frecuencia para decoración interior y que crece en las ramas más altas de diferentes clases de árboles?
6. Dar un ejemplo de arbusto cuyas hojas se vuelven de verdes en matices brillantes de amarillo, naranja o rojo en el otoño
7. Observar algunos arbustos en flor y anotar tantas clases como sea posible (por lo menos tres) de insectos que los visitan buscando el polen o el néctar
8. ¿Qué arbustos son preferidos por los pájaros para comer sus frutas o semillas? Nombrar un arbusto cuyas flores atraen a los pájaros
9. ¿En qué arbustos prefieren hacer sus nidos algunos pájaros?
10. Coleccionar, conservar e identificar correctamente las flores, hojas, semillas, vainas o ramitas con yemas, de 10 arbustos silvestres.

4. RECAPITULAR EL ESTUDIO DE LA CREACIÓN Y HACER UN DIARIO POR SIETE DÍAS, REGISTRANDO TUS OBSERVACIONES DE LO QUE FUE CRIADO EN CADA DÍA CORRESPONDIENTE.

Repasa la historia de la Creación y contesta la siguiente pregunta:

¿QUÉ CREÓ DIOS?

Primer Día

Haga una nota con todas las fuentes de luz que puede encontrar. ¿Cuántas de ellas son naturales, que ocurren sin la ayuda del hombre? ¿Cuántas de ellas están presentes en el primer día de la semana de la creación? Si es posible, haga un paseo a una caverna y apague todas las luces entonces el niño entenderá la experiencia de la intensidad de la oscuridad en la ausencia total de luz.

Tus observaciones:

Segundo Día:

Consígase el pronóstico del tiempo, notando la temperatura, dirección del viento y su velocidad (si es posible), y si habrá alguna precipitación. Si es posible, visite una estación de climatología. Haga una nota de la variedad de contaminación que se observa en el agua y/o en el aire del día.

Tus observaciones:

Tercer Día:

Haga una nota del tiempo del año y en qué estación están las diferentes plantas (por ejemplo: las frutas de verano, membrillo de invierno, los colores de otoño). El joven querrá coleccionar algunas hojas de varios árboles, identificarlo, y pegarlo en su cuaderno; o querrá hacer lo mismo con algunas flores encontradas en aquel día. Si es posible, visite un jardín botánico y anote la variedad de las plantas. Hable con un jardinero o con un dueño de hacienda para tener alguna idea de los varios requisitos que existen para el crecimiento sano de una planta. Si vive en un lugar que tiene agua, note que allí también hay plantas acuáticas que crecen en lugares que no son secos.

Tus observaciones:

Cuarto Día:

Note la presencia de las estrellas que nos dan la luz por el día, y note el estado de la luna en aquel día (luna nueva, cuarto creciente, luna llena y cuarto menguante). Deje que los jóvenes miren hacia las estrellas, si es visible, y vea si las pueden contar. Sería maravilloso si llevara a los futuros Compañeros a un Planetario para que tengan una perspectiva adecuada de que se trata el sol, la luna y las estrellas. Durante ese día, notar los efectos del sol y/o la luna (por ejemplo: evaporación del agua, crecimiento de las flores).

Tus observaciones:

Quinto Día:

Haga una lista de los pájaros vistos, y vea cuántos pueden identificar los niños; también, vea cuántos pueden ellos identificar a través del canto. Usted querrá saber la alimentación de un ave, visite a alguien que tenga una pajarera. Escriba lo que ve allá. Después identifique los pájaros, deje que los jóvenes hagan algunas anotaciones sobre qué hacen los pájaros y que den alguna razón por el comportamiento de los pájaros. También en este día, vea si puede ver algún pescado, puede ser en un acuario particular o público, o mismo en una Casa de Mascotas.

Tus observaciones:

Sexto Día:

Este es un día muy especial de observación de la semana de la creación. No sólo son los animales y animales de arrastre los que fueron creados en este día, también Adán y Eva. Usted podrá hacer que los niños dividan sus observaciones de ese día en dos partes: (1) animales y animales de arrastre, y (2) cosas interesantes que ven sobre lo que hacen las personas. Trate de determinar si las cosas que se observan de ambos grupos, ellos las hubieran realizado en el sexto día de la semana de la creación.

Tus observaciones:

Séptimo Día:

Ya que este día fue el apartado, después que Jesús terminó la creación del mundo, para que Su gente se recordara de Él y cuánto nos ama, trate de observar la naturaleza y ver lo que ilustra el cuidado y el cariño que tiene Jesús por Sus criaturas. Esto puede ser el cuidado de la mamá gato de limpiar sus pequeños, el pájaro construyendo su nido, el arco-iris, la sombra de un árbol: pueden ser innumerables cosas. Asegúrese de que las observaciones de ese día sean especiales; trate de dibujar desde las observaciones de la naturaleza un mensaje personal de amor de Jesús por nosotros.

Tus observaciones:

VII. ARTE DE ACAMPAR

1. DESCUBRIR LOS PUNTOS CARDINALES SIN AYUDA DE UNA BRÚJULA.

Como orientarse sin ayuda de la brújula:

Todos nos perdemos alguna vez en la vida. Por supuesto, esto nunca sucedería si contáramos con una brújula, porque la aguja de la brújula SIEMPRE SEÑALA EL NORTE. Pero uno se puede orientar sin la ayuda de la brújula. Cientos de años antes de la invención de la brújula el hombre era capaz de navegar con la ayuda del sol y las estrellas. Los conquistadores pueden hacerlo. Hay varios métodos, algunos de los cuales son útiles de día y otros de noche.

Cómo orientarse de día:

EL SOL

Recuérdese que el sol sale por el este y se pone por el oeste, pero poquísimas veces lo hace por el este y el oeste exactos. El sol sale por el este tirando ligeramente hacia el sur y se pone por el oeste tirando ligeramente hacia el norte. La declinación, o sea el ángulo que forma con cada uno de ambos puntos cardinales, varía según las estaciones del año. Téngase en cuenta, además, que la dirección es un concepto relativo; depende de lo que uno pretenda. Para llegar simplemente a un punto o lugar determinado, habrá que alinear la direcci6n con el norte magnético o geográfico. Pero si sólo queremos conservar todo el tiempo la misma dirección, entonces el arco solar es nuestro mejor punto constante de referencia. Verifíquese la dirección al menos una vez al día, empleando cualquiera de los métodos que siguen.

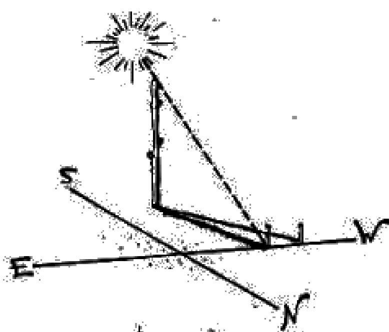
1. Método de la punta de la sombra.

a. Plántese en el suelo un palo o una rama desnuda, cuidando de hacerlo en un terreno lo bastante llano para que se proyecte una sombra bien visible. Márquese

la línea formada por la sombra. Colóquese una piedra, una ramita u otra señal parecida en el lugar correspondiente a la punta de la sombra.

b. Espérese a que la punta de la sombra se mueva unos pocos centímetros. Si el palo mide un metro, bastarán unos 15 minutos. Cuanto más largo sea, más rápidamente se desplazará su sombra. Señálese la nueva posición de la punta de la sombra por el mismo procedimiento de antes.
c. Trácese una línea entre las dos marcas para tener así una dirección aproximada este-oeste. La primera punta indica siempre el oeste, y la segunda el este, a cualquier hora del día y en cualquier parte de la tierra.

d. Trazando una segunda línea perpendicular a la primera, se obtendrá la dirección aproximada norte-sur, con lo cual uno está ya prácticamente orientado y puede dirigirse adonde desee.



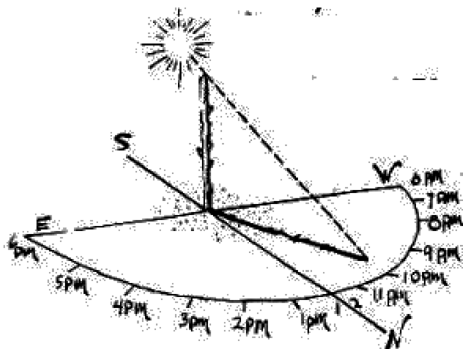
Inclinar el palo para lograr una sombra más conveniente por su tamaño o dirección no influye en la exactitud de este método. Así, el que camine por suelos en cuesta o con mucha vegetación no necesita perder un tiempo precioso buscando terrenos lisos. Todo cuanto se requiere para señalar las dos puntas de sombra es un pequeño espacio aplanado no mayor que la palma de la mano. El palo puede plantarse en cualquiera de sus bordes. Tampoco es del todo indispensable utilizar un palo o una rama para esta operación; el mismo resultado se obtiene con cualquier objeto fijo (la base de una rama, un tallo, etc.), pues lo único que interesa marcar es el extremo de la sombra.

2. *Hora del día por el método de la sombra.*

La hora señalada por un reloj de sol es a mediodía casi la misma - - que la de un reloj convencional; en otros momentos hay diferencias, que también varían con la localidad y la fecha.

Para averiguar la hora por medio del sol usando del método que ya conocemos y una vez establecidos los puntos cardinales, plántese el palo en la intersección de las dos líneas, este-oeste y norte-sur, poniéndolo bien vertical. El lado Oeste de la primera línea indica las seis de la mañana y el lado este las seis de la tarde en

cualquier parte del mundo. La línea norte-sur es aquí la de mediodía. La sombra del palo o estilete equivale a la manecilla de las horas en este tipo de reloj y nos permite situarnos en el tiempo al desplazarse entre ambas líneas. Según el punto en que nos encontremos y la estación del año, la sombra se moverá en el sentido de las agujas de un reloj mecánico o al revés, pero no por eso cambia la manera de leer las horas.

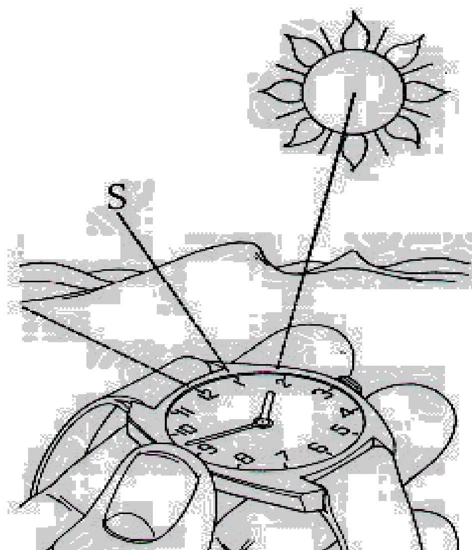


El reloj de sol no es un reloj en el significado que de ordinario atribuimos a esta palabra, ya que divide el día en doce "horas" desiguales e invariablemente marca las 6 de la mañana al alba y las seis de la tarde al ocaso. Con todo, resulta un instrumento bastante satisfactorio para conocer la hora cuando no se tienen otros relojes. Aun disponiendo de un verdadero reloj, el de sol puede usarse para "conservar" la dirección ya obtenida por el método de la punta de la sombra.

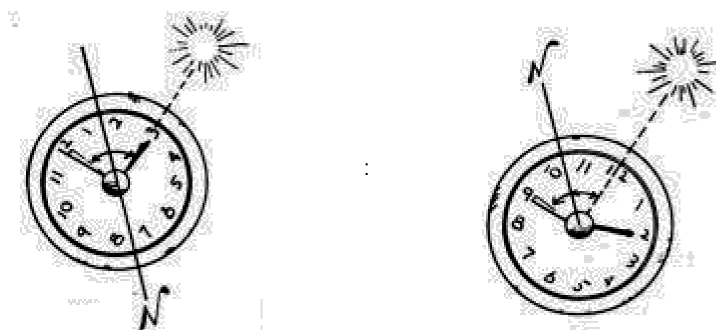
Bastará con hacer coincidir la hora del reloj mecánico con la hora solar y servirse luego del "método del reloj" que explicamos a continuación. Esto ahorra los diez o quince minutos de espera mientras la sombra se desplaza, permitiendo así verificar instantáneamente la dirección cuantas veces parezca necesario para no caminar en círculo. Más o menos por cada hora de marcha, compruébese la hora solar utilizando el método de la sombra y ajústese con ella la hora del reloj si ambas difieren. La dirección hallada por este método "mixto" es la misma que la obtenida por el método puro de la punta de sombra. Dicho de otra manera, el grado de precisión de los dos métodos es idéntico.

3. *El reloj, instrumento de orientación*

Un reloj ordinario sirve también para determinar aproximadamente el norte o Sur geográficos. En la zona templada septentrional (sur), la esfera del reloj se coloca de modo que la aguja de las horas apunte hacia el sol. La línea del sur pasa a medio camino entre esa manecilla y las 12 en punto del reloj. En el horario de verano, la 1 del reloj cuenta como las 12, cosa que debe recordarse al trazar la línea imaginaria. En caso de duda sobre cuál de los dos extremos de la línea es el norte, téngase presente que el sol queda al este por la mañana y al Oeste por la tarde.



El reloj permite asimismo averiguar la dirección en la zona templada meridional (norte), pero el método es diferente. Las 12 del reloj apuntan ahora hacia el sol, y la línea trazada a mitad de camino entre las "12" y la aguja de las horas indica el norte. Lo que decíamos del horario de verano se aplica también aquí: la línea del norte se sitúa entonces entre la aguja de las horas y la "1" del reloj. Las zonas templadas se extienden entre 23 l/2º y 66 1/20 de latitud en ambos hemisferios.



Este método no está exento de errores, especialmente en latitudes bajas, y puede hacernos andar en círculo. Para evitarlo, improvísese un reloj de sol y háganse los ajustes necesarios con el auténtico reloj, repitiendo la operación cada hora durante la marcha.

4. *Método de las sombras iguales para orientarse*

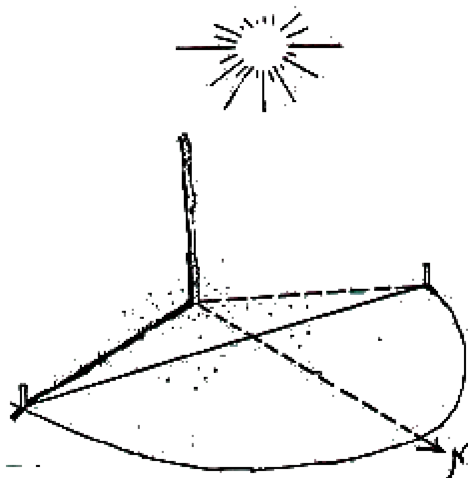
Se trata de una variante más precisa del método de la punta de la sombra, pudiendo emplearse en latitudes inferiores a 660 y en cualquier época del año.

a. Plántese verticalmente en el suelo un palo o una rama, aprovechando un espacio lo bastante llano para que la sombra proyectada, que debe medir al menos 30 cm., se distinga con nitidez. Márquese la punta de la sombra con una piedra, ramita, etc. Esto debe hacerse de 5 a 10 minutos antes de mediodía (hora solar).

b. Trácese una semicircunferencia utilizando la sombra como radio y la base del palo como centro. Para este trazado puede servir una cuerda o un cord6n de zapatos.
c. A medida que nos acercamos a las 12 del día, la sombra va haciéndose más corta. Después de las 12, se alarga hasta cruzar el arco.
d. Trácese entre las dos marcas una línea recta, que será la línea este-oeste.

Aunque, como decíamos, esta versión del método de la punta de la sombra resulta más precisa que la primera, se halla sujeta a dos condiciones:

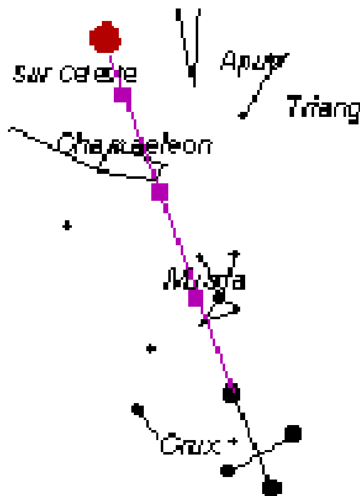
- ✓ Debe realizarse hacia mediodía.
- ✓ Para llevarla a cabo, el observador ha de vigilar la sombra y concluir la tercera etapa en el momento exacto en que la punta de la sombra alcanza el arco.



Cómo orientarse de noche:

Por la Cruz del Sur y las indicadoras:

Por la noche, las estrellas pueden servirnos para encontrar los puntos cardinales.



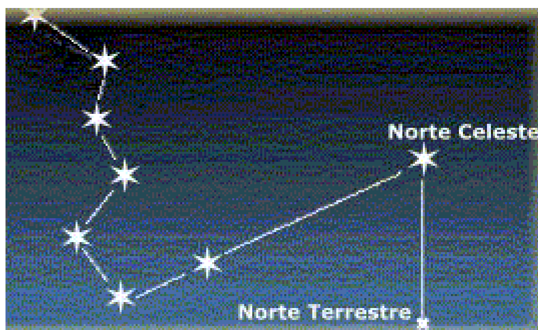
En el hemisferio Sur (al sur del Ecuador), la constelación Cruz del Sur (Crux) permite localizar la dirección aproximada del Sur geográfico, partiendo de ahí, las demás direcciones.

La ubicación de esta constelación es aproximadamente el Sur, pero sino sabes cual es el Sur, esa información no es muy valida, debes practicar buscándola ahora y conociendo sus movimientos (como las manijas del reloj sobre el Sur Celeste), para que cuando realmente la necesites ocupar te resulte mas fácil.

Este grupo consta de cuatro estrellas bien visibles por su luminosidad y adopta la forma de una cruz algo inclinada. Las dos estrellas que constituyen su eje largo se llaman "guardas". Prolongando la longitud de este eje unas tres veces y media desde el pie de la cruz hasta un punto imaginario, tendremos la dirección aproximada del sur celeste. Bájese luego la vista en línea recta desde ese punto hasta el horizonte y escójase una característica del terreno que sirva de señal.

En el hemisferio Norte se debe descubrir la Estrella Polar (o Estrella del Norte), para ello busque la Osa Mayor. Las dos estrellas posteriores del cuadrilátero reciben el nombre de "guardas". A partir de las "guardas" en línea recta (y a distancia quíntuple de la que media entre ellas) se encuentra la Estrella Polar. La Osa Mayor gira lenta- mente en torno de la Estrella Polar, por lo que no siempre aparece en la misma posición.

También puede usarse como referencia la constelación Casiopea, grupo de cinco estrellas muy brillantes que aparece en forma de "M" ladeada (o de "W" en la parte baja del firmamento). La Estrella Polar se encuentra situada en línea recta a partir de la estrella central, mas o menos a la misma distancia que de la Osa Mayor. Casiopea gira a su vez lentamente alrededor de la Estrella Polar y casi siempre le queda la Osa Mayor enfrente. Esta posición es de gran utilidad cuando la Osa Mayor está en la parte baja de la bóveda celeste, u oculta a nuestra vista por la vegetación o los accidentes del terreno.



***Observación de la naturaleza**:*

Puede ocurrir que un día necesitemos orientarnos y no podamos usar ningún método visto hasta ahora, entonces podemos recurrir a la observación de la naturaleza, la cual nos da indicios de orientación aunque no son muy exactos.

Árboles, paredes, troncos y rocas.

Un árbol aislado puede ofrecernos un medio de orientación. Su tronco suele estar más desarrollado en dirección Norte que Sur por ser la cara Norte la que recibe más sol. Para saber los puntos cardinales tendremos que cortar un tronco aproximadamente vertical y notaremos que las vetas de la madera que forman el corte son más anchas del lado Norte que del opuesto. Las paredes o tabiques suelen estar más secos del lado Norte porque del lado Sur jamás reciben los rayos del sol, esto provoca que halla una mayor humedad. Dicha humedad la podemos ver porque se traduce como una coloración verdosa, debido a los musgos que requieren humedad y poco sol. Lo mismo podemos observar en los troncos de los árboles y en las rocas, siempre los musgos cubren el lado Sur.

***Indicadores naturales**.*

La naturaleza esta más adaptada al campo magnético de la tierra, de lo que están los humanos. Las plantas crecen siempre en dirección al sol. Los girasoles siguen el movimiento del sol cruzando el cielo, los anillos de los árboles a menudo son mucho más anchos del lado del sol. Algunos pájaros, como los tejedores, construyen sus nidos únicamente en la cara oeste de los árboles. Algunos nidos de termitas están construidos siguiendo un eje norte sur. De esta manera, reciben el máximo calor durante la mañana y la tarde, y están protegidos del sol del mediodía.

2. PARTICIPAR EN UN CAMPAMENTO DE FIN DE SEMANA, Y HACER UN INFORME DESTACANDO LO QUE MÁS TE IMPRESIONÓ POSITIVAMENTE.

Enseñar confianza propia y cooperación en las salidas al aire libre, ayudando así al conquistador a desarrollar el sentido de responsabilidad.

Dios se acerca a los conquistadores cuando se sienta alrededor de la fogata o descansan debajo de un cielo cuajado de estrellas, así que estas acampadas son de mucha utilidad para el desarrollo espiritual. Esta es una clase, no una actividad de club.

- Hacer planes para las actividades espirituales antes de salir.
- Hacer planes para que estas salidas no sean como recreación.
- Conocer el lugar.
- Preparar el lugar, por lo menos, una semana antes.

Estrategias metodológicas de desarrollo

La clase bajo su dirección debe ser responsable del programa y el menú. Escoger dos o tres lugares y que los conquistadores decidan cuál es el mejor. El grupo debe levantar las carpas y cocinar los alimentos.

PROGRAMA SUGERENTE

Viernes Llegada al local, armar campamento

Fogata e historias
Alabanzas



Sábado Levantada y aseo personal
Devocional
Desayuno
Escuela Sabática
Caminata (corta)
Culto Divino
Almuerzo
Descanso
Período de camaradería
Caminata
Comida
Culto de Despedida de Sábado
Fogata y juegos
Alabanzas

Domingo Levantada y aseo personal
Devocional
Desayuno
Actividades: puede completar requisitos de Compañero
Almuerzo
Actividades: juegos con mucho ejercicio
Una corta alabanza
Levantar campamento y vuelta a casa

Requisitos para un lugar de campamento

1. Elegir un terreno con buen drenaje y levemente inclinado.
2. Elegir un lugar seco. Hay que revisar bien el terreno, porque si es un poco húmedo, el calor del cuerpo atraerá la humedad del terreno a través del saco de dormir. Por supuesto, siempre debe usarse una sábana debajo del saco de dormir aunque el terreno esté seco, porque siempre el terreno tiene algo de humedad.
3. En lo posible separarse de pantanos plagados de mosquitos.

4. No acampar nunca bajo un risco o saliente. Existiría el peligro de una avalancha o caída de rocas. La fogata se puede hacer cerca del risco y aprovechar el reflejo del calor. No acampar en la salida de un acarreo o lecho de algún río seco.
5. Si se arma el campamento en una zona boscosa, cerciorarse que las carpas no se coloquen debajo de árboles con grandes ramas muertas que puedan caer con el viento.
6. Es mejor un lugar cálido. No olvide que el agua y el frío descienden y que el aire caliente sube. Debido a esta ley de drenaje de aire frío, ¿cuál sería el mejor lugar para un campamento? ¿la cumbre de una colina? ¿ la ladera de una montaña? ¿ Una cuenca? La cumbre de una colina será caliente y seca, con fuertes brisas que espantan los mosquitos. En la ladera podría haber un poco de frío , pero no es del todo mal, y si soplan vientos fuertes, éste sería el mejor lugar. Nunca se debe acampar en una cuenca porque allí se concentra la humedad de la neblina y si llueve fuerte, se puede inundar el campamento.
7. El terreno duro, rocoso y polvoriento no es bueno para un campamento.
8. Arme su carpa en la dirección Sureste, así el sol ayudará a que su carpa se mantenga seca.
9. Arme la carpa en dirección del viento. Es decir, con la entrada para el lado que corre el viento.
10. Tener suficiente leña a disposición. (no corte leña verde)
11. Elija una zona de acampar donde haya suficiente agua potable.

3. APRENDER O RECAPITULAR LOS SIGUIENTES NUDOS:

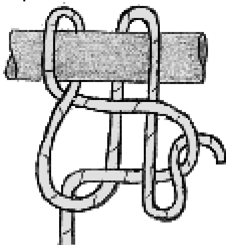
a. Ocho

Llamado también Nudo en ocho, doble nudo o Lasca. Es un nudo sencillo y muy seguro, ya que no se deshace fácilmente. Se emplea para rematar provisionalmente la punta de una cuerda evitando que ésta se deshaga, también como nudo de Tope, por ejemplo para hacer una escalera. Elaboración: Se realiza en el extremo del cabo, pasando el chicote por debajo del firme, y de nuevo el chicote por el bucle que se ha formado, no es preciso azocar mucho el nudo, pero al hacerlo sí se debe vigilar que la extremidad del chicote sobresalga algo del nudo, para poder tener una extremidad con la que agarrar el cabo si el nudo se encaja en una polea.



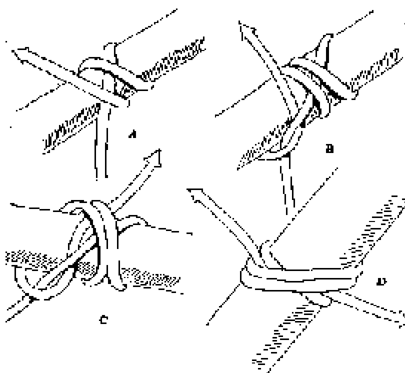
b. Espía

Llamado también Nudo de Evasión II o Fugitivo. Una vez rebasado el obstáculo, este nudo permite recuperar la cuerda (como muchas veces hemos visto en las películas de aventuras). Sin embargo, hay que manejarlo con cuidado y conviene siempre probarlo antes con peso suficiente.



c. Ballestrinque doble

Éste es un nudo derivado del "ballestrinque", pero que ofrece mucha más seguridad, sin necesidad de dar uno o dos cotes con el chicote, como es habitual hacer en el caso anterior. El "ballestrinque doble" es un nudo excelente, muy seguro, fácil de hacer y de deshacer en todas las ocasiones, ha sido redescubierto gracias al surf a vela, ya que es el mejor nudo para unir el mástil. Elaboración: Se da una vuelta alrededor de la verga con el cabo, de modo que el firme quede bajo el chicote. Se da una segunda vuelta con el chicote, siguiendo la trayectoria de la primera. Se hace que el chicote rodee por tercera vez la verga, pero ahora sin pasar por encima, y se introduce la punta del chicote por dentro de la segunda vuelta.



d. Camionero

Sirve para atar líneas al nailon del riel o plomadas a la línea que estamos usando para no tener que cortar cada vez que queramos cambiar el aparejo que estamos o el plomo. Es móvil pero seguro ya que cuanto más tiramos más se ajusta. No es un nudo muy común ya que fue reemplazado por los mosquetones o esmerillones que lógicamente son más modernos y eficaces.



4. COMPLETAR LA ESPECIALIDAD DE PRIMEROS AUXILIOS – NIVEL BÁSICO.

Requisitos de Primeros Auxilios I

(Se requiere instructor)

Si resides en un país donde la Cruz Roja brinda una instrucción satisfactoria, pasa el Examen de la Cruz Roja de Primeros Auxilios Básicos y recibe su certificado (11-14 años) ó

En los países donde se dicta el curso "'St.John's Ambulance", aprobar el examen de dicho curso de Primeros Auxilios para jovencitos y recibir el certificado correspondiente (hasta 15 años de edad).

1. Conocer las causas del shock y demostrar el tratamiento apropiado.
2. Conocer los pasos correctos para dar respiración de salvamento.
3. Conocer los procedimientos correctos para ayudar a una víctima que está atorada.
4. Conocer los procedimientos correctos para ayudar a una víctima que está sangrando.
5. Conocer los puntos de presión y cómo aplicar presión correctamente en estos puntos.
6. Conocer el procedimiento apropiado para ayudar a una víctima de envenenamiento.
7. Demostrar el procedimiento correcto para entablillar los huesos rotos en diversos lugares del cuerpo.
8. Conocer el procedimiento correcto para ayudar a víctimas con quemaduras de primero, segundo y tercer grado.
9. Conocer el procedimiento adecuado para ayudar a una víctima de una quemadura química.
10. Saber qué situaciones pueden producir envenenamiento por monóxido de carbono y las técnicas de rescate y tratamiento para tal situación.
11. Conocer el procedimiento correcto para ayudar a una víctima con una lesión en la cabeza.
12. Conocer el procedimiento apropiado para brindar ayuda a una víctima con lesiones internas.
13. Conocer la diferencia entre un ataque cardíaco, un accidente cerebro-vascular, epilepsia y un simple desmayo. ¿Cuál es el tratamiento para cada uno?
14. Saber cómo prevenir las infecciones.
15. ¿Cuál es el tratamiento correcto para una mordedura de serpiente?
16. ¿Cuál es el tratamiento correcto para la mordedura de otro animal?
17. ¿Cuál es el tratamiento correcto para las picaduras de insectos y de arañas?
18. ¿Qué diferencia hay entre insolación y golpe de calor, y cómo se trata cada uno?
19. ¿Qué deberías hacer si tus ropas se incendian?
20. ¿Cuáles son los principios básicos de prevención de incendios en el hogar?
21. ¿Cuáles son algunos de los principios básicos de seguridad en aguas profundas?
22. ¿Cuáles son las maneras de salvar a una víctima que se está ahogando sin nadar?
23. ¿Cuáles son los principios básicos de seguridad en relación con la electricidad?
24. ¿Cómo puedes evitar el envenenamiento con alimentos?

Desarrollo de algunos puntos

LO QUE SE DEBE ANALIZAR ANTES DE APLICAR PRIMEROS AUXILIOS

1. Historia La historia antes del accidente o enfermedad.

2. Signos Diferencias que pueden ser detectadas de lo normal – palidez, pulso, etc.

3. Síntoma Sensaciones descritas por el paciente – sed, dolor, nausea.

Diagnóstico – Tomar la decisión de cual es el problema con el paciente.

Tratamiento – Decidir las prioridades y actúe rápido.

LO QUE SE DEBE SABER CÓMO:

1. Tomar el pulso en las arterias carótida y radial.
2. Medir le rango de la respiración.
3. Tomar la temperatura del paciente.

	PULSO	RANGO DE RESPIRACIÓN	TEMPERATURA
ADULTOS	60-80/ minuto	12-15/minuto	98.6ºF 36.9ºC
NIÑOS	100/minuto	15-20/minuto	98.6ºF 36.9ºC
BEBES	120/minuto	20-25/minuto	98.6ºF 36.9ºC

KIT DE PRIMEROS AUXILIOS

Evite equipos muy sofisticados y tratamientos complicados. Recuerde que esto es "Primeros Auxilios". Agregue a la lista básica lo que se indique por las condiciones locales.

- 1 par de tijeras. Estilo quirúrgico con puntas redondas.
- 1 par de pinzas. Para remover astillas y manipular gasas.
- Band Aids, alfileres, algodón.
- Antisépticos en general. No use los que no se disuelven. 1 cuchara de té para 300 ml de agua.
- Vendajes – 4 vendajes triangulares (de un tamaño suficiente para cubrir la mayoría de las emergencias) vendaje de 2x25 mm; vendaje de 2x50mm; vendajes de 2x75 ó 100mm.
- Colirio. Especialmente usado para productos químicos, humo, etc.
- Gasa. Paquetes individuales.
- Jarabe de ipecacuana, 100 ml
- Mentiolate.
- Loción de calamina.

1. ***Conocer las causas del shock y demostrar el tratamiento adecuado.***

El shock se presenta generalmente con heridas graves, o estados emocionales de depresión. Puede también presentarse después de una infección, dolor intenso, ataque cardíaco, postración por calor, envenenamiento por comidas o productos químicos, o quemaduras extensas.

Signos de shock

- Manos frías y húmedas con gotas de transpiración en la frente y palma de las manos.
- Cara pálida.

- Quejas de la víctima al sentir escalofríos, o aún temblores debido al frío.
- Frecuentemente: náuseas o vómito.
- Respiración muy superficial y rápida.
- Salve la vida previniendo el shock



Corrija la causa del shock (hemorragia).

- Mantenga a la víctima recostada.
- Mantenga las vías respiratorias abiertas.
- Si la víctima vomita, voltee la cabeza de la víctima hacia un lado. Esta posición facilita la salida del vómito o secreciones.
- Eleve los pies de la víctima, si no hay fractura.
- Mantenga la cabeza de la víctima más baja que los hombros.
- Mantenga a la víctima abrigada si el clima es húmedo o frío.
- Déle líquidos que tomar (agua, etc.), si la víctima puede pasarlos sin dificultad.
- Aliente a la víctima.
- Nunca administre bebidas alcohólicas.
- No administre líquidos a personas que estén inconscientes.
- No administre fluidos a personas en que se sospecha una herida en el abdomen.

2. **Conocer los pasos correctos para dar respiración artificial.**

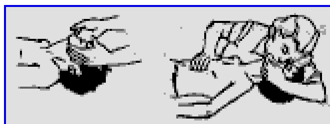
Respiración Artificial:

- Comience inmediatamente. Cada segundo que pasa es muy importante.
- Revise la boca y la garganta para remover obstrucciones.
- Coloque a la víctima en posición apropiada y comience la respiración artificial.
- Mantenga un ritmo respiratorio regular de 15 respiraciones por minuto.
- Manténgase en la misma posición Una vez que la víctima comienza a respirar, esté alerta para poder iniciar otra vez la respiración artificial en caso necesario.
- Llame a un médico.
- No mueva a la víctima a no ser que sea absolutamente necesario para sacarla de un sitio de peligro. No espere, o mire alrededor buscando ayuda.
- Afloje las ropas, camisa, cinturón, cuello, corbata y mantenga a la víctima abrigada.
- No se dé por vencido.

Respiración de Boca-a-Boca. En lactantes y Niños Pequeños:

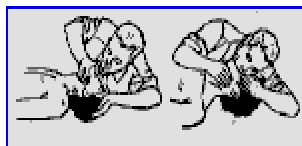
- Coloque al niño con la cara hacia arriba. Incline la cabeza del niño hacia atrás.
- Levante con sus dedos la mandíbula inferior del niño en tal forma que sobre-salga hacia afuera.
- Mantenga al niño en ésta posición para que la lengua no obstruya el paso del aire.
- Tome una respiración profunda y ponga su boca sobre LA BOCA Y NARIZ del niño.

- Sople suavemente dentro de la boca y nariz del niño el aire que usted tomó, hasta que vea levantarse el pecho del niño y usted sienta que ha expandido sus pulmones. El aire que usted ha respirado dentro de los pulmones del niño tiene suficiente oxígeno para salvarle la vida.
- Separe su boca de la del niño y deje que salga el aire.
- Al sentir o ver que el aire ha salido, aspire aire nuevamente y ponga su boca sobre la boca y nariz del niño.
- ***REPITA EL MISMO PROCEDIMIENTO 15 VECES POR MINUTO.*** Cuando sea posible, ponga su mano sobre el estómago del niño. Use presión moderada para evitar que el estómago se llene de aire.



Respiración Boca-a-Boca para Adultos:

- Coloque a la víctima con la cara hacia arriba.
- Levante el cuello de la víctima con una mano. Incline la cabeza hacia atrás y sosténgala con la otra mano. Busque obstrucciones en la boca.
- Levante hacia arriba la mandíbula de la mano que sostenga el cuello. En ésta forma se evita que la lengua obstruya el paso de aire a los pulmones.
- Aspire profundo, y ponga su boca sobre la boca o la nariz de la víctima. Presione su boca firmemente contra la boca de la víctima para que no se escape el aire.
- Sople el aire aspirado, dentro de la boca o nariz de la víctima, hasta que vea que el pecho se levanta. El aire que usted sopla dentro de los pulmones de la víctima tiene suficiente oxígeno para salvar la vida.
- Separe su boca y deje que salga el aire que usted sopló dentro de la boca de la víctima.



***En la Respiración Boca-a-nariz*:**

Esté seguro de presionar su boca suficientemente contra la nariz del paciente y mantenga los labios de la víctima cerrados con los dedos de su mano, para que no se escape el aire en el momento de que usted sople aire dentro de la nariz de la víctima.

En la Respiración Boca-a-Boca:

- Presione fuertemente sus labios contra los labios de la víctima y cierre la nariz del paciente en el momento que usted sople el aire dentro de la boca del paciente.
- Apenas sienta usted que el aire ha salido, tome más aire y ponga su boca nuevamente sobre la boca o nariz del paciente y vuelva a respirar por él.
- REPITA EL MISMO PROCEDIMIENTO 15 VECES POR MINUTO.

Ventajas de la Respiración Boca-a-Boca

- La víctima no necesita colocarse en posición especial, o sobre el suelo. La respiración de boca-a-boca puede administrarse en el agua o en cualquier lugar.
- No se necesita de aparatos especiales.
- La persona que proporciona los primeros auxilios puede mantener la respiración de boca-a-boca por varias horas sin fatigarse, aún con víctimas de mayor tamaño.
- Las manos se pueden mantener libres para usarlas en colocar la cabeza estirada hacia atrás y levantar la mandíbula hacia arriba. Esto evita la obstrucción de la entrada del aire a los pulmones, que es el motivo de fracaso más común en la respiración artificial.
- El que administra este tipo de respiración puede ver, sentir y escuchar, los efectos cada vez que sopla aire dentro de los pulmones del paciente.
- Además, él puede controlar la cantidad de aire, el número de respiraciones y la presión necesaria para soplar aire dentro de la boca de la víctima.

3. **Saber los procedimientos adecuados, para ayudar a una víctima que está atorada.**

El procedimiento correcto es colocarse detrás de la víctima, rodear con los brazos a la altura del diafragma, presionar fuertemente, con tiempos; cuidando de que la boca debe estar bien abierta.

4. **Saber los procedimientos adecuados para ayudar a una víctima que esta con hemorragia.**

Cuando después de una lesión ocurre un sangrado o hemorragia, hay que dar todos los pasos necesarios para parar la pérdida de sangre. Si se pierden cantidades sustanciales de sangre, puede ocurrir pérdida de conciencia; una situación de extrema gravedad que se conoce como colapso o shock, e incluso la muerte.

Sin embargo, la mayoría de las lesiones sangrantes no tienen riesgo vital, aunque se deben de tomar cuidados apropiados no sólo para parar el sangrado, sino también para evitar la infección y otras complicaciones.

CLASES DE SANGRADO

Ante todo, es útil distinguir la clase de sangrado. Hay tres clases principales: Capilar, Venoso y Arterial.



Sangrado Capilar

Los capilares son los vasos más pequeños del organismo y también los más numerosos. Cuando un corte menor abre algún capilar, el sangrado generalmente es muy leve. En pocos minutos el sistema de coagulación del organismo funcionará y parará el sangrado.

Sangrado Venoso

Cuando el sangrado procede de venas lesionadas, se pierde sangre que está en su camino de vuelta al corazón, y que ya ha soltado su carga de oxígeno en las células, por lo que la sangre es de color rojo oscuro y fluye lentamente. El sangrado venoso se corta, en principio, aplicando presión local.

Sangrado Arterial

Es el menos frecuente, pero el más serio. La sangre que se libera de una arteria es de color rojo brillante y suele salir con mucha fuerza, a menudo en saltos rítmicos que coinciden con las contracciones del corazón. Si no se trata pronto una lesión sangrante sobre una arteria importante, es posible sangrar hasta la muerte en menos de un minuto. En la mayoría de los casos, sin embargo, la presión directa y firme sobre la herida parará el sangrado arterial, aunque el proceso siempre requerirá más tiempo que en el sangrado venoso.

Lesiones sobre tejidos blandos

El sangrado puede ocurrir por heridas incisas (tales como cortes, pinchazos), abrasiones (cuando la piel se separa de los tejidos subyacentes), o avulsiones (cuando áreas de la piel son rasgadas violentamente). Un pequeño corte que sangre escasamente, se trata exclusivamente mediante el lavado de la herida con agua y jabón y aplicando una venda para mantenerla limpia. Cualquier herida más complicada necesita consultar con su médico o acudir a Urgencias.



Heridas Abdominales

Dada la presencia de numerosos órganos internos vitales, una herida que penetre en la pared abdominal necesita cuidado urgente inmediato. Llamar inmediatamente al teléfono de urgencias o a una ambulancia para trasladar al herido. Antes de mover a alguien con una herida abdominal, hay que ponerle en posición de decúbito supino, es decir, tumbado sobre su espalda. Si no hay órganos internos que salgan a través de la herida, hay que ejercer presión con un paño estéril sobre la herida sangrante para intentar parar la hemorragia. Si ya existen órganos desplazados por la herida, no trate de reintegrarlos a su sitio. Cubra la herida con un paño y no aplique más que una presión muy suave para parar el sangrado.

HEMORRAGIA PROFUSA

Una hemorragia profusa proviene de la laceración de una o varias venas o arterias. Pérdida de sangre por éstas heridas puede causar la muerte del accidentado en 3 a 5 minutos.



NO PIERDA TIEMPO...PONGA SU MANO DIRECTAMENTE SOBRE LA HERIDA Y MANTENGA UNA PRESIÓN CONSTANTE.

- Ponga un pañuelo o pedazo de tela limpia sobre la herida y presione firmemente con la mano. Si no tiene pañuelo o un pedazo de tela, trate de cerrar la herida con sus dedos y cúbrala con la mano.
- Aplique presión directamente sobre la herida, mantenga firmemente el pañuelo o pedazo de tela sobre la herida, con un vendaje hecho de pedazos de trapo o una corbata.
- Levante la parte afectada a un nivel más alto del cuerpo, si no hay fractura.
- Mantenga a la víctima acostada.
- Llame al médico.
- Ahora debe revisar las necesidades de las otras víctimas. Trate de parar la hemorragia o sangrado y mantener la respiración en el mayor número de víctimas que pueda. Luego regrese a ver al primer accidentado en el que paró la hemorragia y haga lo siguiente:

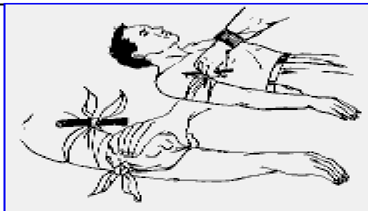
Mantenga a la víctima abrigada. Cúbrala con sábanas u otra cubierta y ponga algo por debajo de él, para que el accidentado no esté sobre superficie mojada, fría o húmeda.

Si el accidentado está consciente y puede pasar líquidos, déle un poco de té, café o agua.

Use un torniquete en el caso que no pueda controlar una hemorragia debido a trituración, amputación o laceración accidental de un brazo o una pierna.

Como torniquete, use un pedazo ancho y resistente de cualquier tela. Nunca use alambre, soga u otro material parecido. Aplique el torniquete alrededor de la parte superior del miembro y por encima de la herida. Amarre un medio nudo, ponga un pedazo de palo o rama encima y haga otro nudo, y déle vueltas hasta que ajuste lo suficientemente para parar la hemorragia. Marque la frente del paciente con las letras "TQ" que significa Torniquete. No cubra el torniquete.

En el caso que el doctor se demore en llegar, afloje el torniquete cada 20 minutos. Si la hemorragia ha parado, deje el torniquete ligeramente suelto y listo para volverlo a ajustar en caso de que el sangrado se presente nuevamente. Vigile el torniquete constantemente hasta que la victima sea hospitalizada.



Si el accidentado está inconsciente o se sospecha de una herida en el abdomen, no le dé ninguna clase de líquidos

5. Conocer los puntos de presión y como aplicar presión correctamente en estos puntos.
6. Saber los procedimientos adecuados para ayudar una víctima de envenenamiento.
7. Demostrar el procedimiento correcto para entablillar los huesos rotos de diversas partes del cuerpo.
8. Saber los procedimientos apropiados para ayudar a víctimas de quemaduras de primer, segundo y tercer grado.
9. Saber el procedimiento adecuado para auxiliar a una víctima de quemaduras químicas.
10. Saber que situaciones pueden producir envenenamiento por monóxido de carbono y las técnicas de rescate y tratamiento para este tipo de situación.
11. Conocer los procedimientos adecuados para auxiliar a una víctima con una herida en la cabeza.
12. Saber los procedimientos adecuado para brindar ayuda a una víctima con lesiones internas.
13. Conocer la diferencia entre un ataque cardíaco, un accidente cerebro-vascular, epilepsia y un simple desmayo, ¿Cuál es el tratamiento apropiado para cada uno de ellos?

Ataques

Los ataques de epilepsia no son raros. La víctima puede dar un suspiro o un grito, caer al suelo, permanecer rígida por algún tiempo y después comenzar a tener convulsiones. Es posible que espume por la boca y se ponga azul. No es raro que la víctima tenga incontinencia. Proteja a la víctima de peligros, pero no le restrinja sus movimientos. Si se presenta la oportunidad, coloque algo blando entre sus dientes. Si la víctima se queda fláccida, colóquela en la posición de recuperación. Procure ayuda médica. No la despierte si se duerme.

Convulsiones

Generalmente ocurren en niños pequeños y pueden ser causados por un malestar digestivo, por el nacimiento de los dientes, temperaturas elevadas o constipación. El niño puede arquear la columna, contraer los miembros, dar vuelta los ojos y también ponerse azul.

Afloje la ropa, ventile el ambiente, reduzca la temperatura aplicando agua fría con esponja y procure auxilio médico.

14. ¿Cuáles son los principios básicos de seguridad en relación con la electricidad?

- Desconecte la corriente eléctrica si es posible, pero siempre aparte a la víctima del contacto, usando un bastón o una manta seca u otro material no conductor.
- No use las manos ni los pies sin protección. No tiene sentido ser una víctima más.
- Si la persona dejó de respirar, comience la resucitación cardiopulmonar y verifique el pulso de la carótida. Recuerde los procedimientos A, B, C, y D.
- Si el corazón de la víctima se detuvo y Ud. tiene experiencia en compresión cardiaca externa, continúe con respiración boca a boca.
- Todas las quemaduras eléctricas son más graves de lo que parecen a simple vista. Aunque la víctima se recupere, es esencial buscar socorro médico.

15. **Como prevenir la intoxicación o envenenamiento por alimentos?**

Los venenos pueden ser sólidos, líquidos o gases. Pueden ser:

- Ingeridos por la boca
- Inhalados por la nariz
- Absorbidos por la piel o inyectados

La tranquilidad - y no el pánico - es esencial al tratar casos de envenenamiento. Como prevenir es mejor que curar, todos los venenos deben estar correctamente etiquetados y guardados fuera del alcance de los niños. Nunca deje sustancias venenosas en un recipiente abierto.

Reglas generales para tratar casos de envenenamiento

1. Protegerse del contacto con el veneno.
2. Retirar a la víctima de la fuente de peligro.
3. Lavar el veneno que haya sobre la piel.
4. Buscar auxilio médico.
5. Diluir, eliminar o neutralizar el veneno.
6. NO dar líquidos si la víctima está inconsciente.
7. NO inducir el vómito si el veneno es corrosivo.
8. Llevar muestras del veneno o del vómito al médico.

Elemento **:** Parafina, trementina, petróleo
Tratamiento **:** No inducir vómito, dar mucha leche.
Elemento **:** Ácidos
Tratamiento **:** No inducir vómito, dar leche o agua y claras batidas.
Elemento **:** Álcalis
Tratamiento **:** No inducir vómito, dar jugo de limón, claras de huevo.
Elemento **:** Lejía o cloro
Tratamiento **:** No inducir vómito, dar leche, clara de huevo batidas.
Elemento **:** Alcohol, insecticidas, cabezas de fósforos, píldoras
Tratamiento **:** Inducir vómito.

NO OLVIDE:
Si el veneno es corrosivo (quema al descender) NO INDUZCA EL VÓMITO. Si tiene dudas, suministre bastante leche.

NO OLVIDE:
En todos los casos, procure auxilio médico. Si la respiración falla, comience la respiración boca a boca.

- Lavar el área afectada con agua y jabón. Dar una ducha, si es posible.
- Sacar la ropa.
- Dar al paciente mucha leche o agua.
- Inducir el vómito si ha sido tragado un agente químico.
- Si la respiración se detiene, comience a dar respiración boca a boca.
- Llevar al paciente en seguida a un local ventilado y fresco.
- Procurar auxilio médico.

Elemento extraño en el ojo

No restregar el ojo. Enjuagar con agua limpia el interior del ojo. Si puede ver el elemento extraño, humedecer la punta de una toalla limpia y cuidadosamente retirar el elemento extraño de la superficie del ojo. Si el elemento extraño estuviera en la pupila o pegado a la superficie del ojo, o se ve que es un objeto afilado, debe procurar ayuda médica con urgencia. Quemaduras por productos químicos: lavar inmediatamente con agua y procurar ayuda médica con urgencia.

Elemento extraño en la nariz y los oídos

Elementos extraños en los oídos o en la nariz deben ser removidos por un médico.

Fracturas

Las fracturas pueden ser causadas por acción directa (golpe o caída), indirecta (la fractura ocurre en un lugar diferente al golpe) o acción muscular (la rótula de la rodilla se puede quebrar por causa de un movimiento brusco o tropezón).

Las fracturas serán reconocidas por dolor o incomodidad de la región afectada, hinchazón, pérdida del movimiento del miembro, deformidad, irregularidad del hueso, movimiento no natural y un sonido de raspadura que la persona herida puede sentir. Las dos últimas señales nunca deben ser conseguidas deliberadamente.

Las fracturas son clasificadas como simples, cuando la superficie de la piel no se rompe; expuestas, cuando hay una herida visible; y complicadas, cuando la fractura, cerrada o expuesta, está asociada a una herida alcanzando una parte importante del cuerpo, como el cerebro, pulmones, un nervio o arteria, exigiendo tratamiento prioritario. Si hubiese dudas, trate la herida como fractura. A menos que la vida corra peligro por causa del fuego, inundación u otros riesgos, NO MUEVA a la víctima antes de tratar las heridas e inmovilizar la fractura, si es que la hay. En todos los casos de fractura, existe el riesgo de empeorar si un miembro o parte del cuerpo se mueve antes de ser inmovilizado.

La inmovilización puede hacerse apoyando el miembro herido en una posición lo más natural posible, con vendas y cabestrillos.

Fractura de clavícula En un caso de fractura de clavícula, la víctima muchas veces apoya el codo para aliviar el dolor e inclina la cabeza en dirección al lado afectado. Una causa común es caer sobre el hombro o la mano extendida.

- Remover y aflojar la ropa del lado herido.
- Colocar un elemento blando bajo la axila.
- Colocar una venda larga bajo la axila del lado derecho, por sobre el hombro y amarrar atrás de la cabeza.
- Repetir el procedimiento para el lado izquierdo.
- Tomar una tercera venda y amarrar las puntas firmemente entre los omóplatos.
- Verificar si la circulación en los pulsos es normal.

Fractura del húmero · Colocar un cabestrillo en el cuello y muñeca. · Colocar una tela suave entre el codo y el pecho. · Amarrar el miembro firmemente al cuerpo, primero arriba de la fractura y después abajo. · Verificar el pulso para saber si la sangre está circulando por el brazo.

Fractura del brazo o pulso · Colocar un tabique en la parte inferior o superior del antebrazo - debe extenderse desde el codo hasta la punta de los dedos. · Amarrar el miembro firmemente al tabique con tres vendas; la primera entre la fractura y el codo, la segunda entre la fractura y la mano, y la tercera apoyando la mano con el tabique. · Colocar cabestrillo en el brazo. · Verificar el pulso.



Vendajes

Vendaje triangular para la cabeza · Doblar una barra para dentro, a lo largo de la base de la venda. · Colocar la base del triángulo sobre la frente, llevando los extremos alrededor de la cabeza y cruzando por atrás, haciendo con que se encuentren de nuevo al centro de la frente. · Amarrar los extremos. · Traer la punta para arriba y asegurarla con un alfiler.

Vendaje en la mano abierta · Doblar una barra a lo largo de la base del vendaje. · Colocar la mano con la palma hacia abajo sobre la venda, de manera que el pulso quede en la base del triángulo y las puntas de los dedos hacia el vértice. · Virar el vértice sobre la parte trasera de la mano. · Enrollar el resto de la venda. · Amarrar los extremos al otro lado del pulso.

Vendaje para el pie Es semejante al vendaje en la mano abierta. · Colocar el pie sobre la venda de modo que el talón esté vuelto hacia la base y los dedos hacia el vértice. · Traer el vértice para la parte alta del pie.

Cabestrillo de muñeca y cuello Cabestrillo de muñeca y cuello · Colocar el antebrazo atravesado sobre el pecho, con los dedos en la dirección del hombro contrario. · Hacer un cote, o media malla, sobre la mano y alrededor de la muñeca, con el nudo del cote sobre el lado del pulgar y un doblez de la venda a cada lado de la muñeca. · Amarrar los extremos de la venda por encima de la clavícula. · Verificar el pulso. · Este cabestrillo sirve de apoyo para la muñeca. · Si el hombro también hubiera sido dañado, lleve la extremidad inferior de la venda por sobre el antebrazo y bajo el hombro del lado herido y amarre los dos extremos con un nudo. Así, todo el peso del brazo herido será soportado por el hombro sano. Ud. debe ser capaz de aplicar un cabestrillo con el herido acostado. · Colocar el extremo de una venda triangular sobre el hombro del lado herido. · Dejar la venda colgando sobre el pecho con el vértice al nivel del codo del brazo herido. · Doblar el codo del brazo herido sobre la venda, con la mano elevada cerca de 10 cm. por encima del codo y las puntas de los dedos extendiéndose más allá de la base de la venda. · Llevar el extremo inferior de la venda sobre el antebrazo y hombro del lado herido, amarrando los dos extremos al lado del cuello. · Llevar el vértice de la venda hacia adelante y prender con un alfiler.

Vendaje para el pecho o la espalda · Coloque una venda triangular contra el pecho (o la espalda), de modo que el vértice quede a la altura del hombro. · Pídale al paciente que sostenga el vértice. · Ahora doble la base para adentro, hasta la altura deseada. · Lleve los extremos alrededor del cuerpo y amárrelos directamente debajo del hombro. Siempre habrá un extremo largo proyectándose después de haber sido amarrado. · Tome este extremo y llévelo hacia arriba del hombro, amarrándolo al vértice de la venda.

Tabique para el antebrazo No mueva ni vuelva el brazo para ver si está quebrado. Es mejor usar dos tabiques. Uno debe extenderse desde el codo a los dedos sobre la palma de la mano, y el otro en el lado opuesto. Doble varias vendas triangulares en forma de corbata, y úselas para mantener firmes los tabiques en su lugar. Aunque dos sean suficientes, tres o cuatro dan mejor resultado. Si hubiese material disponible, los tabiques pueden ser acolchados antes de ser usados. Aplicados los tabiques, coloque el brazo en un cabestrillo para sujetarlo.

Tabique para palma o muñeca En el caso de palma o muñeca herida, un tabique es suficiente. Debe ser acolchado y extenderse desde la altura del codo hasta la punta de los dedos. Colocar el tabique al lado de la palma y sujetarlo con un vendaje. Colocar el brazo en un cabestrillo

VIII. ENRIQUECIENDO TU ESTILO DE VIDA

1. COMPLETAR UNA ESPECIALIDAD EN "ARTES Y HABILIDADES MANUALES". NO REALIZADA ANTERIORMENTE.

Para aumentar el interés de los Compañeros y sus habilidades personales, los cuales les van a inspirar un sentido de cumplimiento.

Estrategia metodológica de desarrollo

Los requisitos de todas las especialidades son encontrados en el Libro de Especialidades de Conquistadores. Notas de algunas de las especialidades específicas se encuentran disponibles en su Asociación/Misión.

Haga la enseñanza de estas especialidades lo más interesante posible. Cuando sea posible, visite localidades reales o invite un especialista para que venga y hable al grupo.

Estrategia metodológica para evaluar

El instructor debe estar debidamente satisfecho en que el Compañero haya cumplido con los requisitos de la especialidad. El líder debe enviar una lista de los candidatos con éxito a la Asociación/Misión local, la cual emitirá los Certificados de Especialidades.

Requisitos que son pedidos en las especialidades que son cumplidos en la escuela, sólo serán válidos si el niño obtiene un certificado de la escuela comprobando así que lo ha aprobado.

TÍTERES I

1. Hacer por lo menos un títere, y hacer o comprar dos más.

2. Desarrollar por lo menos tres personajes de títeres con sus propias voces.

3. Escribir tres libretos de dos a tres minutos cada uno.

4. Presentar un incidente a cualquier audiencia (que no sea la familia o amigos más cercanos) por lo menos tres veces.

5. Obtener una evaluación de alguien que no está relacionado con el titiritero, después de cada presentación.



ÍNDICE

